

Špenátové knedle

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 50 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Chlieb nakrájame na kocky a pečieme v rúre 15 minút pri teplote 100°C. Ošúpeme cibuľu a cesnak a nakrájame ich na kocky. V panvici zahrejeme olej a opražíme cibuľu a cesnak. Pridáme špenát a podusíme ďalších 5 minút. Pridáme soľ, čierne korenie a mletý muškátový orech. Špenát rozmixujeme. Chlieb namočíme do mlieka, pridáme špenát a 2 vajcia. Spracujeme rukami a necháme postáť 15 minút. V hrnci privedieme do varu slanú vodu. Mokrými rukami vypracujeme malé knedle. Do ich stredu vložíme plesňový syr (gorgonzola, niva) Hodíme ich do vody, privedieme do varu a necháme povariť 10 minút. Scedíme do sitka. Uložíme na tanier, polejeme praženým maslom a posypeme strúhaným syrom.

Ingrediencie

- **PROMIX®-UNI - univerzálna bezgluténová múka 1000 g** - 25 g
- **DŽIUGAS strúhaný 100 g, 12 mesiacov** - 30 g
- **Dr. Halíř trvanlivé mlieko polotučné 1 l** - 50 g
- **NIVA ORIGINÁL ZLATÁ porcie cca 125 g** - 40 g
- **Bezgluténové chleby - svetlý 360 g** - 200 g
- **Cibuľa voľná** - 40 g
- **Cesnak** - 2 g
- **Muškatový orech celý** - 5 g
- **Olej slnečnicový** - 25 g
- **Vajcia** - 100 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Špenát zmrazený** - 200 g
- **BABIČKA Maslo 250 g** - 40 g
- **Jedlá soľ** - 2 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

