

Zapekané tvarohové laktofree palacinky

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 20 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Najskôr si pripravíme cesto na palacinky. Múku zmiešame so škoricou (1/2 ČL), vajíčkom a mliekom (300 ml). Mlieko prilievame postupne, až dokiaľ dosiahneme redšej a hladkej konzistencie. Palacinky opekáme na panvici (podľa potreby potretej olejom) približne minútku z každej strany.

Následne si uvaríme puding: pudingový prášok zmiešame s 30 g cukru a mliekom (500 ml) a povaríme ho do zhutnutia. Tvaroh na náplň zmiešame s hrozienkami, zvyšným cukrom (10 g) a vajíčkom. Následne pridáme aj približne 3 lyžice uvareného pudingu. Touto náplňou potrieme palacinky, zavinieme a vložíme ich do zapekacej misy. Na záver už len palacinky zalejeme uvareným pudingom a zapečieme ich pri teplote 180°C na približne 20-25 minút. Pred krájaním a podávaním ich necháme aspoň čiastočne vychladnúť.

Ingrediencie

- **Dr. Halíř trvanlivé mlieko polotučné 1 l** - 800 g
- **dmBio celozrnná ovsená múka 500 g** - 150 g
- **Cukor kryštál** - 40 g
- **Hrozienka** - 30 g
- **Vajcia** - 100 g
- **Škorica mletá** - 3 g
- **Puding aróma Vanilka bezgluténový 38 g** - 38 g
- **RAJO Laktofree tvaroh 180 g** - 180 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

