

Špenátový nákyp

Počet porcií: 6

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Zo surovín (75 g múky, 15 g rastlinného tuku, 25 g masla, 1 lyžica studenej vody) vypracujeme cesto a dáme ho ochladiť na 15 minút. Potom ho rozvaľkáme na veľkosť formy, vrátane bokov, cesto musí pokryť formu aspoň do výšky 2 - 3 cm. Cesto vyplníme rozmrazeným špenátom. Rozšľaháme vajce, zmiešame s Cottage Cheese, smotanou a pridáme koreniny. Zmesou pokryjeme špenát a posypeme strúhaným Čedarom. Pečieme 25 - 35 minút pri teplote 200 °C. Nákyp je chutný aj studený.

Ingrediencie

- **Bezlepková múka Nomix 500 g** - 75 g
- **Sadlo** - 25 g
- **Vajcia** - 50 g
- **Špenát zmrazený** - 125 g
- **BABIČKA Maslo 250 g** - 15 g
- **VIOLIFE PLÁTKY s príchutou CHEDDAR 140 g** - 25 g
- **RAJO Laktofree cottage cheese 180 g** - 115 g
- **RAJO Laktofree kyslá smotana 200 g 14%** - 30 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

