



## Ingredience

- **NIKAL 100% rostlinný tuk**
- 30 g másla
- 75 g mouky
- 1 špetka soli
- 30 g mletých mandlí
- 130 ml polotučného mléka
- 2 vejce velikosti M
- 1 lžička nastrohané BIO citronové kůry
- 300 g rozmražených malin
- 2 lžíce cukru
- 1 lžíce potravinového škrobu
- 100 g čerstvých malin
- 120 ml vanilkové omáčky
- 100 ml jogurtu, 1,5% tuk
- 40 g pečených mandlových lupínků
- 4 snítky máty

Všechny produkty **NIKAL** si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

**NIKAL** specialista na omáčky, polévky a koření  
Kotkova 710/3  
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16  
Fax 515 291 055  
Online [www.nikal.cz](http://www.nikal.cz)  
E-Mail [nikal@nikal.cz](mailto:nikal@nikal.cz)

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

## Mandlovo-citronové palačinky s malinovým sugem



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 35 minut.

### Příprava:

30g másla rozpustíme při nízké teplotě. 75g mouky, špetku soli a 30g mletých mandlí a zamícháme v míse.

Dohladka vymícháme se 130 ml mléka, rozpuštěným máslem, lžící medu, dvěma vejci a citronovou kůrou.

300g rozmražených malin necháme okapat na sítu do hrnce. Šťávu z malin přivedeme k varu se dvěma lžicemi cukru. Smícháme lžící škrobu se dvěma lžicemi vody a přidáme do vařící malinové šťávy. Výslednou hmotu sundáme z plotny a přidáme okapané maliny.

V pánvi rozežřejeme trochu **NIKAL 100% rostlinného tuku** a upečeme z těsta tenké palačinky.

120ml vanilkové omáčky smícháme se 100ml jogurtu.

Palačinky připravíme na talíře, naplníme malinovým sugem a poskládáme. Přelijeme omáčkou, posypeme čerstvými malinami a mandlovými lupínky.

Dozdobíme mátou.

**Nutriční hodnoty na jednu porci:** 28 g tuk • 32,5 g sacharidy • 13,6 g bílkoviny  
10,2 g vlákniny • Energetická hodnota 445 kcal