



Ingredience

- NIKAL 100% rostlinný tuk
- 90 g mouky
- 1 vejce
- sůl
- 25 g cukru
- 75 ml mléka
- 2 velká kyselá jablka

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

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Lesná 102
67102 Šumná

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Smažené jablekové kroužky



recept pro 12 osoby



příprava trvá cca 30 minut

Příprava:

Smíchejte 90 g mouky, 1 vejce, sůl, 25 g cukru a 75 ml mléka na hustší těsto.

Oloupejte 2 velká jablka (např. Boskop), odstraňte jádra a nakrájejte na tenké kroužky. Na pánvi zahřejte 2 lžíce NIKAL 100% rostlinného tuku. (Budete potřebovat celkem 4 polévkové lžíce NIKAL 100% rostlinného tuku).

Ponořte kroužky jablek do těsta, pořádně obalte a dejte po jednom smažit na pánev.

Osmažená jablka servírujte na talíř. Posypte skořicí, cukrem, nebo polijte vanilkovou omáčkou či vanilkovou zmrzlinou. Tento dezert si zamilujete!

Tip: Pokud vám zbylo těsto, nalijte ho do horkého tuku pomocí kráječe na špecle nebo přes hrubý cedník. Budete mít výbornou přílohu do polévky!

Nutriční hodnoty na jednu porci: 3,3 g tuk • 7,5 g sacharidy • 1,3 g bílkoviny • Energetická hodnota 66 kcal