



Ingredience

- NIKAL Olivový olej Extra
- NIKAL Bylinné sypké koření
- 200 g listového těsta
- 200 ml smetany ke šlehání
- 5 vajec střední velikosti
- 60 g čerstvě nastrouhaného parmezánu
- 2 jarní cibulky
- 300 g mraženého hrášku
- 1 kůra z neošetřovaného citronu

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
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Parmezánové dortíčky se zeleným hráškem a citronem



Recept pro 4 osoby



Příprava trvá cca 40 minut

Příprava:

Troubu předehřejeme na 200 °C. Formu na muffiny (12 ks) vytřeme 1 PL **NIKAL Olivového oleje Extra**.

Vyválené listové těsto nakrájíme na 24 stejně velkých čtvercových plátků a do každé prohlubně vložíme 2 plátky. V míse vyšleháme 200 ml smetany s 5 vejci a dokoříme **NIKAL Bylinným sypkým kořením**. Přimícháme nastrouhaný parmezán.

2 jarní cibulky očistíme a nakrájíme na velmi jemné kroužky. Do mísy s vaječnou směsí přidáme rozmražený hrášek, kroužky jarní cibulky a nastrouhanou citronovou kůru. Vytvořenou hmotu rozdělíme do košíčků a dáme je péct na 20 minut do trouby.

Dortíčky můžeme servírovat v teplé i studené variantě.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 30,8 g tuk • 28,4 g sacharidy • 20,2 g bílkoviny
5,2 g vlákniny • Energetická hodnota 474 kcal