Květák bez smažení

Obtížnost 2 – bude potřeba dohled dospěláka 😊

Suroviny:

1 střední květák

1 hrníček strouhanky

2 vajíčka

½ hrníčku nastrouhaného sýra

sůl, pepř, trochu oleje

1 stroužek česneku

Postup:

Květák umyjeme, rozdělíme na menší růžičky, které uvaříme v osolené vodě (5 minut). Uvařené růžičky scedíme a necháme chvíli vychladnout. Ve větší misce smícháme najemno nastrouhaný sýr, strouhanku, sůl, pepř a rozmačkaný česnek. V druhé misce rozšleháme vajíčka – můžeme přidat trochu mléka, aby nám vajíčka stačila na obalení celého květáku. Připravíme si plech, na který dáme pečící papír a jemně ho potřeme olejem. Růžičky květáku nejprve obalíme ve vajíčku a poté ve směsi sýra a strouhanky. Poklademe na papír a dáme péct do předem vyhřáté trouby. Pečeme při teplotě 200 °C cca 15 – 20 minut.

Dobrou chuť!