

Zelník na plech

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- zelí kysané 500 g
- mouka polohrubá 250 g
- prášek do pečiva 0.5 balíček
- mléko 200 ml
- máslo 80 g

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Okapané zelí smícháme s moukou a kypřicím práškem. Osolíme a přidáme acidofilní mléko a rozehrátý tuk. Z ingrediencí vypracujeme těsto. Pokud je příliš tuhé, přidáme mléko, a pokud je moc řídké, přidáme naopak mouku.

Z těsta vyválíme plát, který velmi opatrně přeneseme na vymazaný a vysypaný plech či do formy na pečení. Propícháme ho vidličkou a dáme do vyhřáté trouby péci. Pečeme asi 45 minut.