

Špenátová omeleta

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 3

- Olivový olej 1 špetka
- Mléko 240 ml
- Vejce 8 ks
- Dijonská hořčice 1 lžíce
- Polohrubá mouka 40 g
- Mražený špenát, rozmrazený 2 balení
- Strouhaný čedar 180 g

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Troubu předehřejte na 180°C. Plech vyložte pečícím papírem a potřete ho olejem. V míse našlehejte mléko s vejci, hořčicí a solí a postupně přisypávejte i mouku, abyste získali hladké těstíčko. To nalijte na připravený plech a pokladte vyždímaným špenátem. Pečte asi 10-12 minut. Posypte čedarem a pečte další 2-4 minuty. Vyndejte, zarolujte a podávejte nakrájené