

Pšeničný sladký nákyp s ovocem

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Pšeničná trhanka 300 g
- Voda 400 ml
- Sůl 1 špetka
- Čerstvé ovoce 200 g
- Mák mletý 50 g
- Vlašské ořechy 100 g
- Med 4 lžíce
- Tuk 1 ks

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Zapékání

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Trhankovou pšenici nejdříve opražíme nasucho, pak zalijeme vodou, nepatrně osolíme, vaříme asi 20 minut na kaši. Uvařenou vychladlou pšenici smícháme s vypeckovaným, nakrájeným ovocem, pomletým mákem, pomletými ořechy, medem. Směs vložíme do olejem vymazané dortové formy a zapečeme v troubě. Podáváme teplé.