

Vločkové karbanátky

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Qtule



Suroviny

Porce: 2

- ovesné vločky 100 g
- sůl 1 špetka
- vejce 1 ks
- majoránka 1 lžička
- cibule 1 ks
- česnek 2 stroužek
- olej 2 lžíce
- kmín 2 špetka
- tymián 2 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Polovinu ovesných vloček namočíme do vody, druhou polovinu vloček opražíme do zlatova. Obě poloviny dáme do misky a přidáme sůl, jemně pokrájenou cibulku, utřený česnek, majoránku, kmín, tymián a dobře spojíme vejcem. Ze vzniklé husté kaše tvoříme placičky, které smažíme na oleji.