

Pohankovo-jáhlové karbanátky

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Jahel 200 g
- Pohanky lámanky 100 g
- Vejce 1 ks
- Strouhanka 1 ks
- Česnek 1 ks
- Majoránka 1 ks
- Sůl, pepř 1 ks

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Jáhly a pohanku spaříme dvakrát vařící vodou, poté je zvolna uvaříme do měkka a necháme vychladnout.

Hmotu dáme do mísy, smícháme, přidáme majoránku, prolisovaný česnek, sůl, špetku pepře. Směs musí být hodně okořeněná a dost osolená, jinak se chuť koření během úpravy vytratí.

Po zpracování tvoříme karbanátky o tloušťce cca 1,5 cm.

Ty obalíme ve strouhance a smažíme ve troše oleje.