

## ZELENINOVÝ ZÁVIN S CHŘESTEM



NA  
1-2  
PORCE

**Suroviny:****Na náplň:**

- 5 g másla
- 200 g oloupaných brambor
- 300 g bílého oloupaného chřestu
- sůl, cukr, pažitka (čerstvá nebo sušená)

**Na těsto na závin:**

- 120 g směsi **Mevalia Bread Mix**
- 2 g soli
- 2 g **Mevalia Egg Replacer**
- 5 g octa
- 10 g slunečnicového oleje
- 75 ml vody

**Postup:**

1. Nejprve uvaříme brambory v osolené vodě a pak protlačíme přes síto.
2. Okořeníme podle chuti, přidáme trochu másla a vidličkou promícháme, dokud nevznikne homogenní těsto. Oloupeme chřest, polovinu ho nakrájíme na malé kousky a polovinu necháme tak. Pak všechny chřest uvaříme doměkka v osolené vodě se špetkou cukru a kousíčkem másla.
3. Necháme vychládnout.
4. Do směsi **Mevalia Bread Mix** přidáme sůl a vaječnou náhražku, vidličkou promícháme s octem, olejem a vodou a nakonec rukou vypracujeme homogenní těsto. Pokud by těsto bylo moc suché, přidáme trochu vody, pokud je moc lepivé, přidáme ještě trochu směsi **Mevalia Bread Mix**.
5. Horkovzdušnou troubu předehřejeme na 180 °C, klasickou na 200 °C. Na plech rozložíme pečicí papír.
6. Pracovní plochu pomoučíme trochou směsi **Mevalia Bread Mix** a těsto rozválíme na tenký plát. Na plát rozetřeme bramborové těsto, poklademe ho kousky chřestu i celým chřestem a posypeme pažitkou.
7. Nyní závin srolujeme, konce potřeme olejem a dobře přitiskneme. Nakonec potřeme olejem celý závin a pečeme v troubě po dobu cca 20 minut.

Celé množství

Energie - 717 kcal

10,1 g bílkovin

398 mg Phe