



Jáhlové šišky s mákem

Stredne ťažké

60 minut

Pre 4 osoby



Ingrediencie

180 g jáhel
100 g hladké mouky
4 lžice kukuřičného škrobu
1,50 lžičky soli
100 g máku
75 g moučkového cukru
4 lžice rozpuštěného biomásla

Ako na to?

1. Jáhly spařte v cedníku vroucí vodou a na mírném plameni vařte v osolené vodě do změknutí asi 20 minut. Nechte pod pokličkou dojít a poté nechte vychladnout.
2. Jáhly v míse smíchejte s moukou a kukuřičným škrobem, vypracujte soudržné a lepkavé těsto. Namočenýma rukama vytvarujete šišky.
3. Vkládejte do vroucí vody na 10-12 minut podle velikosti šišek.
4. Podávejte s mákem a moučkovým cukrem, polité máslem. Podle libosti můžete doplnit čerstvým letním ovocem.