

OLIVOVÉ ŠPIRÁLY Z LISTOVÉHO CESTA



NA
6
ŠPIRÁL

Suroviny:

Na cesto:

- 250 g **Mevalia Bread Mix**
- 10 g **Mevalia Egg Replacer**
- 125 g stuženého rastlinného tuku
- 10 g kyslej smotany

Na náplň:

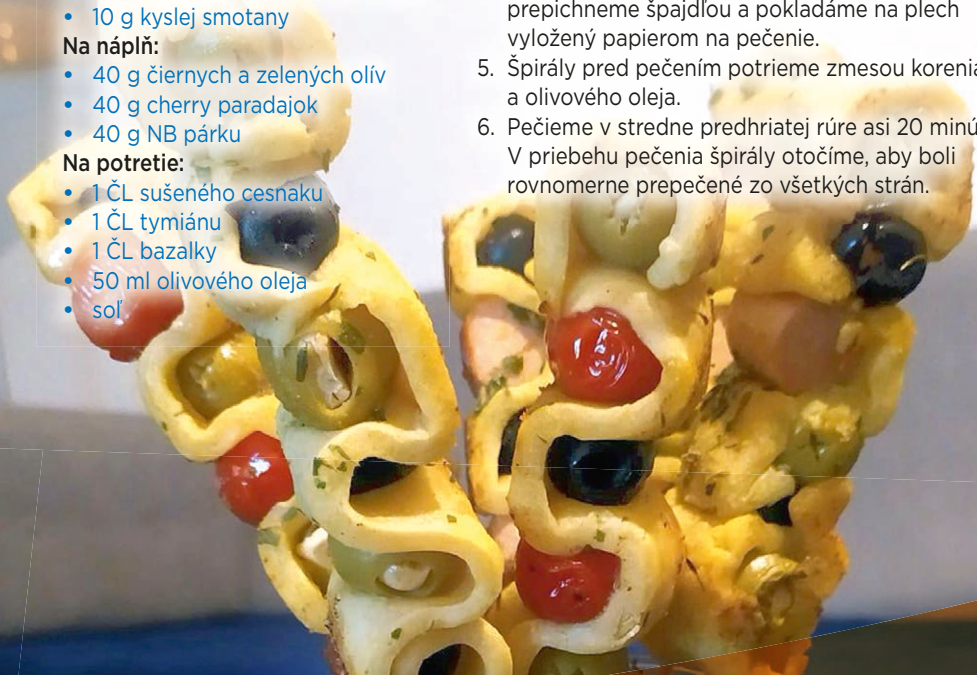
- 40 g čiernych a zelených olív
- 40 g cherry paradajok
- 40 g NB párku

Na potretie:

- 1 ČL sušeného cesnaku
- 1 ČL tymiánu
- 1 ČL bazalky
- 50 ml olivového oleja
- soľ

Postup:

1. Do zmesi **Mevalia Bread Mix** nastrúhame stužený tuk, pridáme **Mevalia Egg Replacer**, soľ a polievkovú lyžicu kyslej smotany. Na doske vypracujeme vláčne cesto, ktoré dáme na cca 2 hodiny odpočinúť do chladničky.
2. Medzitým si nakrájame NB párok na cca centimetrové kúsky a umyjeme cherry paradajky, z olív scedíme vodu a vysušíme ich.
3. Z cesta vyvalkáme tenký plát, z ktorého vykrajujeme cca 2 cm široké prúžky.
4. Do prúžkov cesta omotávame olivy, cherry paradajky alebo párok. Vzniknutú špirálu prepichnetu špajdlou a pokladáme na plech vyložený papierom na pečenie.
5. Špirály pred pečením potrieme zmesou korenia a olivového oleja.
6. Pečieme v stredne predhriatej rúre asi 20 minút. V priebehu pečenia špirály otočíme, aby boli rovnomerne prepečené zo všetkých strán.



Celá masa	Energia - 2 239 kcal	4,93 g bielkovín	218,3 mg Phe
1 porcia	Energia - 373 kcal	0,82 g bielkovín	36 mg Phe