

# Francouzský toast s Corn flakes

**Počet porcí:** 1

**Doba přípravy:** 10 minut

**Bez lepku**

## Postup přípravy

Nejprve si pomocí vidličky rozkvedláme vejce s mlékem. Poté přidáme (javorový) sirup nebo medu a perníkové koření. Vše smíchám. Toastový chléby (2 ks) v této směsi obalíme z obou stran.

Na pánvi si rozežřejeme máslo a toasty opečeme z obou stran.

Mezitím si připravíme tvarohovou směs. Smícháme tvaroh, trošku kůry z citronu a kdo má rád sladší tak přidá ještě trošku (javorového) sirupu nebo medu. Vše smícháme.

Toast servírujeme s tvarohem, čerstvým ovocem a nasekanou čokoládou. Nezapomeneme přidat Corn flakes, které jídlu dodají křupavý element.

## Ingredience

- **Vejce** - 50 g
- **Borůvky** - 15 g
- **Maliny čerstvé** - 15 g
- **Citronová kůra strouhaná** 25 g - 0.5 g
- **Koření do perníku** 25 g - 1 g
- **1,5% UHT mléko Mlékárna Pragolaktos** 0,5 l - 50 g
- **Toastový chléb celozrnný** 165 g - 20 g
- **Včelí med smíšený luční** 250 g - 15 g
- **Krajanka máslo** 250 g - 6 g
- **Choceňský jemný tvaroh** 250 g - 100 g
- **Kuličky jahodové** 90 g - 15 g
- **Hořká čokoláda** 100 g - 10 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

**CELIATICA.CZ**

VÁŠ SEZNAM ONLINE

