



całość 328 kcal
1 porcja ok. 41 kcal

* Koreczki śledziowe z wiśniami

Składniki:

4 cienkie filety śledziowe marynowane
1/3 opakowania mrożonych wiśni
1 łyżka miodu

Sposób przygotowania:

Wiśnie włożyć do garnka, dodać miód (nie dolewać wody). Dusić pod przykryciem do momentu aż płyn zagęści się. Filety pokroić wzdłuż na pół. Na każdym ułożyć jedną wiśnię i zawinąć w koreczki, spiąć wykałaczkami. Ułożyć na półmisku, na wierzch wyłożyć resztę wiśni.



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ SOI



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA
BEZ CUKRU



POTRAWA
WEGETARIANSKA



POTRAWA
BEZ DROZDZY