

Cuketovo-brokolicevé bramboráčky z Prodietix bylinkové omelety



21. 10. 2021

Recept je vhodný pro: [1. fáze](#), [2. fáze](#), [3. fáze](#)

Přepadla vás chuť na něco skutečně dobrého, ale jste teprve v první fázi diety? Právě pro Vás jsme si přichystali recept na tyto perfektní bramboráčky, které si můžete dopřát bez výčitek.

Co potřebujete (1 porci):

- [Prodietix bylinková omeleta](#)
- ½ větší cukety nebo 1 menší
- ¼ brokolice
- 1 celé vejce
- Sůl
- Špetka pepře
- 1 lžička sušené cibule
- 1 lžička sušeného česneku
- Špetka kmínu

Jak na to:

1. Brokolici krátce povaříme (cca 2 minuty) a nadrobno nasekáme, cuketu nastrouháme, vymačkáme vodu, a přidáme [1 balení bylinkové omelety](#)

2. Pomocí lžící tvoříme malé hromádky, které roztáhneme na placičky a pokládáme na plech vyložený pečícím papírem. Pečeme v předehřáté troubě na 180 C dozlatova 20-25 min.

3. Podáváme teplé i studené.