

## Pljukanci sa šparogama

Autor: Tanja



Pljukanci sa šparogama

---

### Sastojci

mlake vode

malo soli

1 jaje

1/2 kg brašna

---

### Način pripreme

Izmiješamo brašno, jaje, sol i vodu te dobijemo tijesto koje ne smije biti ni mekano ni tvrdo!

Od smjese dobivenog tijesta otkidamo male komadiće i među dlanovima mjesimo štapiće koje slažemo na na ovale ili tanjure koji su prije toga posipani sa brašnom.

Štapiće tijesta ostavimo da se suše 2 sata prije kuhanja.

Zatim u kipuću vodu stavimo pljukance, dodamo malo soli i pljukance kuhamo otprilike 10 minuta.

Pljukance zatim procijedimo i zalijemo hladnom vodom i umiješamo šugo sa šparugama (osim šparuga preporučamo još gljive, kobasice, pancetu,...).

## Ostale napomene

Kao prilog može se poslužiti pire krumpir.

<b>Vrijeme pripreme</b>	30 min.	<b>Priprema</b>	jednostavno
<b>Porcije za</b>	2 osobe	<b>Kolesterol</b>	
<b>Ovo jelo je iz okolice</b>		<b>Cijena pripreme</b>	
<b>Vegetarijansko</b>	Ne	<b>Laktoza</b>	Ne
<b>Dijetno</b>	Ne	<b>Bez glutena</b>	Da
<b>Calorie</b>		<b>Kilodžuli</b>	
<b>Masnoća</b>		<b>Bjelančevine</b>	
<b>Proteini</b>		<b>Karbohidrati</b>	