

# Gluténmentes szilvalekváros gombóc

Elkészítési idő: 50 perc

Nehézségi szint: Könnyű

## Hozzávalók 8 gombóchoz

- 500 g burgonya
- 1 db L-es tojás
- 150 g NATURBIT Alfa-Mix lisztkeverék
- 1 csipet só
- 1 kávéskanál 1:4 édesítőszer
- 100g lekvár
- Pirított gluténmentes zsemlemorzsa a forgatáshoz
- 5 g KENYÉRVARÁZS rizsliszt a nyújtáshoz



## Elkészítés

1. A krumplit megpucoljuk, megmossuk, felszeleteljük, és sós vízben megfőzzük, majd leszűrjük.
2. Ha megfőtt a burgonya, összeturmixoljuk, majd hozzáadjuk a többi alapanyagot és alaposan összedolgozzuk.
3. Rizslisztes lapon 8 részre osztjuk, golyókat formázunk belőle. Kezünkkel kissé kilapítjuk, lekvárral megtöltjük, és újra golyót formázunk belőle.
4. Forró vízben kifőzzük, majd megforgatjuk a pirított zsemlemorzsaiban.

A gombócokat lehet akár egész meggyel, eperrel is készíteni, mi most szilvalekvárral tetteltük és nagyon finom lett a végeredmény! 😊

## 1 adag tápértéke

Energia	171 kcal / 717 kJ
Fehérje	2,8 g
Zsír	0,8 g
- amelyből telített zsírsavak	0,2 g
Szénhidrát	36,9 g
- amelyből cukrok	8,8 g
Rost	2,4 g
Só	0,25 g

A felhasznált termékeket keresse a Hunorganic Kft. webáruházában!

## Elérhetőségünk

Hunorganic Kft. • [www.hunorganic.com](http://www.hunorganic.com) • tel.: +36 (30) 533 9271 • [contact@hunorganic.com](mailto:contact@hunorganic.com)