



Najčastejšie robíme fašírky z mäsa, alebo z rýb. Ale aj zeleninové, alebo ovocné karbonátky sú chutné.

//

### **Zemiakové karbonátky s hubami**

Výdatné a lahodné karbonátky zo zemiakov.

#### **Suroviny:**

700 g zemiaky

200 g šampiňónov

150 g cibule

olivový alebo rastlinný olej na vyprážanie

2-3 lyžice múka

1 polievková lyžica žihlava

1 polievková lyžica mäty

1 ks bobkový list

### **Príprava:**

Zemiaky ošúpeme, uvaríme ich so soľou a bobkovým listom, pripravíme si z nich pyré. Nakrájame cibuľu a opražíme ju do zlatista na masle. Na cibuľu pridajte zemiakovú kašu, dobre premiešame a posypeme bylinkami. Nakrájame si huby, a spojíme so zemiakovou kašou. Pridajte múku a dôkladne sa premiešajte. Z tejto zmesi si tvoríme karbonátky, obalíme v múke. Vysmažíme v oleji dozlatista po oboch stranách.

## **Mrkvovo jablkové karbonátky**

Veľmi ľahká a chutná možnosť na obed alebo večeru.

### Suroviny:

5 ks mrkva

1 ks jablko

1/2 šálky hrubá múka

1/2 šálky hladká múka

1 polievková lyžica olivového alebo rastlinného oleja

cukor

soľ podľa chuti

### Postup:

Mrkvu a jablko si nastrúhame a vložíme do hrnca. Nalejte 1/3 šálky vody, pridáme maslo a dusíme 5-10 minút na miernom ohni. Potom pridajte hrubú múku, cukor, soľ a dobre premiešajte. Vytvarujte placky, osmažte ich na oleji, alebo na masle.

//

.