

Bramborákový řízek



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 45min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 35min , Porce: 4

1285 kalorií , **0 g** cukrů , **112 g** tuků , **19 g** bílkovin

Autor: fugynka

Odkaz: <https://srecepty.cz/bramborakovy-řízek>

Příprava

Z brambor, česneku, vajec, mouky, majoránky, kmínu a soli si připravíme těsto na bramboráky (viz související recepty). Řízky naklepeme na tenčí plátky, obalíme v těstu na bramboráky a pozvolna osmažíme na pánvi, aby řízek nebyl syrový.

Tip k receptu

Můžeme použít řízky z různého typu masa. Můžeme jíst samotné nebo se zeleninovým salátem.

Ingredience

- 4 kuřecí stehenní řízky
- 6 velkých brambor
- 2 vejce
- 4-5 lžic hrubé mouky
- 1 lžičku drcené majoránky
- 1/2 lžičky kmínu
- sůl
- rostlinný olej na smažení

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

