

Cuketové karbanátky



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

790 kalorií , 1 g cukrů , 47 g tuků , 56 g bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/cuketove-karbanatky>

Příprava

Cuketu oloupeme, omyjeme, nastrouháme na struhadle nahrubo, vymačkáme přebytečnou vodu. S mírou osolíme a vmícháme najemno nasekanou petrželku. Přidáme vejce, strouhaný sýr a zahustíme moukou. Vše prohněteme ve středně tuhou hmotu. Tvoříme karbanátky, které ještě obalíme v mouce a pečeme v předehřáté troubě na pečícím papíru nebo minimu tuku. Ideální přílohou je zeleninový salát.

Ingredience

- ✓ 1 ks větší cukety
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ 2 vejce
- ✓ 150 g strouhaného eidamu (Edamu)
- ✓ 1 lžíce sekané petržele
- ✓ 3 lžíce hladké mouky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo na každý den, Vegetarián, Hlavní chod

