

# Holandské řízečky



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15min  
Celkový čas: 35min , Porce: 4

**1551** kalorií , **1 g** cukrů , **4 g** tuků , **45 g** bílkovin

**Autor:** surikata

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/holandske-rizecky>

## Příprava

Vše v misce prohněteme a tvoříme malé placičky, které obalíme v trojobalu jako řízek a na nižší teplotu smažíme. Jako příloha je dobrá bramborová kaše a zelenina, klidně i zeleninový salát.

## Ingredience

- ✓ 500 g mletého masa, lépe bez tuku
- ✓ 200 ml mléka
- ✓ 2 vejce
- ✓ 2 lžíce hrubé mouky
- ✓ 5 lžic strouhanky (podle potřeby i více)
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře
- ✓ 150-200 g strouhaného sýra
- ✓ 1/2 šálku hladké mouky
- ✓ 1-2 vejce
- ✓ hrneček strouhanky

## Kategorie

Obyčejný den, Nizozemská, Celoročně,  
Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina,  
Hlavní chod

