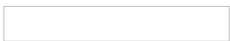


Kapr s fazolemi



Obtížnost: ○○○○○

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 2

948 kalorií , **0 g** cukrů , **80 g** tuků , **33 g** bílkovin

Autor:

Odkaz: <https://srecepty.cz/kapr-s-fazolemi>

Příprava

Kapra vyvrhneme, očistíme, sfiletujeme a nakrájíme na kostky asi 1x1cm. Tyto kostky obalíme v mouce smíchané s paprikou a osmažíme na oleji do červena, pak je vyjmeme a dáme na ubrousek odsát přebytečný tuk. Na oleji osmažíme nakrájenou cibuli a pak přidáme na kostky nakrájenou slaninu, osmažíme, přidáme konzervované fazole i se šťávou a dusíme doměkka. Zalijeme zakysanou smetanou, provaříme do zhoustnutí, přidáme rybu, prohřejeme a podáváme s pečivem.

Ingredience

- 1 střední kapr
- lžíce mleté papriky
- 2 lžíce hladké mouky
- 2 lžíce oleje
- 1 cibule
- 20 dkg slaniny
- 1 zakysaná smetana
- 1 konzerva fazolí

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod