

Kapří hranolky s česnekem



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

2448 kalorií , **5 g** cukrů , **149 g** tuků , **138 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/kapri-hranolky-s-cesnekem>

Příprava

Vejsce smícháme s utřeným česnekem a libečkem. Kapra nakrájíme na proužky, osolíme a opeříme je. Naložíme je do česnekového těstíčka tak na půl hodiny. Mouku smícháme se sladkou paprikou. V této směsi obalujeme kapří kousky vyjmuté z marinády a ihned smažíme na oleji.

Ingredience

- 600 g kapra
- 200 g hladké mouky
- 3 ks vajec
- 2-3 stroužky česneku
- 100 ml slunečnicového oleje
- 1-2 lžičky libečku
- 1/2 lžičky soli
- 1/2 lžičky pepře
- 1 lžička mleté papriky

Kategorie

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

