

# Kapří minutky s houbami



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 50min , Porce: 4

**1965** kalorií , **4 g** cukrů , **129 g** tuků , **26 g** bílkovin

**Autor:** Mall

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kapri-minutky-s-houbami>

## Příprava

Na másle udusíme na větší kousky nakrájenou karotku, stejně nahrubo nakrájené houby, hrášek, opeříme a osolíme.

Vykuchaného kapra nakrájíme přes celé tělo na podkovy asi 2 cm tlusté, potřeme je solí a mletou paprikou a obalíme v mouce. Porce kapra prudce opečeme z obou stran na rozpáleném oleji. Na talíři obložíme porce kapra zeleninou

## Ingredience

- ✓ 200 g žampionů
- ✓ 200 g mrkve
- ✓ 1 konzerva hrášku
- ✓ 2 lžíce másla
- ✓ 1/2 lžičky mleté papriky
- ✓ pepř
- ✓ sůl
- ✓ 1 lžička nasekané petrželové natě
- ✓ hladká mouka na obalování
- ✓ rostlinný olej na smažení
- ✓ 1 kapr

## Kategorie

Vánoce, Rakouská, Zima, Finančně nenáročná,  
Ryby a dary moře, Jídlo na každý den,  
Návštěva, Hlavní chod