

# Karbanátky z kapra s omáčkou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 1h 30min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 2h 0min , Porce: 4

**2269** kalorií , **1 g** cukrů , **133 g** tuků , **265 g** bílkovin

**Autor:** bookmen

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/karbanatky-z-kapra-s-omackou>

## Příprava

Kapra očistíme, vykucháme, vykostíme a stáhneme z kůže. Maso jemně usekáme. V misce rozetřeme 4 očištěné sardelky, přidáme celá vejce, maso z kapra, osolíme, přidáme trochu strouhanky a vše promícháme. Uděláme bochánky velké jako koblížky a dáme péci do trouby na pekáč vymazaný máslem. Kosti vybrané z kapra vaříme ve vodě s trochou cibule, bílým vínem a se solí. Dáme rozpustit máslo a uděláme bledou jíšku, zalijeme vývarem (přecezeným) z kostí a pořádně promícháme. Potom ještě jednou vše procedíme, přidáme vegetu a nakonec vaječný žloutek.

## Ingredience

- ✓ 1500 g kapra
- ✓ 4 sardelky (ančovička)
- ✓ 3 vejce
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ 2 lžíce strouhanky
- ✓ 30 g másla
- ✓ 1 cibule
- ✓ 2 lžíce hladké mouky
- ✓ 1 žloutek
- ✓ 500 ml vody
- ✓ 100 ml bílého vína
- ✓ 1 lžička Vegety

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Ryby a dary moře, Ryby a dary moře, Hlavní chod

