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, Česká, Celoročně, Ryby a dary moře, Hlavní chod