

Kotletky s cherry rajčátky a žampiony



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 25min , Porce: 1

376 kalorií , **1 g** cukrů , **18 g** tuků , **23 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/kotletky-s-cherry-rajcatky-a-zampiony>

Příprava

Brambory uvaříme ve slupce doměkka. Kotletku osolíme, opeříme a osmažíme na oleji dozlatova. Přidáme rozpůlené žampiony a smetanu a podusíme. Na talíř dáme kotletku, žampiony a omáčku. Ozdobíme přepůlenými cherry rajčátky a pažitkou a podáváme s brambory.

▣ Tip k receptu

1425 kJ na jednu porci.

Ingredience

- 100 g vepřové kotlety
- 7 g soli
- 7 g pepře
- 30 g žampionů
- 10 g sójové omáčky
- 80 g brambor
- 7 g pažitky
- 50 g cherry rajčátek
- 1 lžička řepkového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Zelenina, Hlavní chod

