

Králičí špíz



Obtížnost:

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

212 kalorií , 0 g cukrů , 17 g tuků , 3 g bílkovin

Autor: Maja

Odkaz: <https://srecepty.cz/kralici-spiz>

Příprava

Každý králičí filet nakrájíme na 4 stejně velké kousky. Rozmarýnové stonky zašpičatíme na cca 20 cm a připravíme jako jehly pro špíz. Papriky zbavíme jader a nakrájíme na 16 stejně velkých kousků, česnek rozpůlíme a šalotky rozčtvrtíme. Pak napichujeme střídavě maso, papriku, šalotku a česnek. Dále rozpálíme v pánvi olivový olej a králičí špíz opečeme dozlatova po všech stranách. Přidáme máslo a špízy zhruba 2 až 3 minuty podusíme na středním plameni. Na závěr osolíme a opeříme.

Ingredience

- ✓ 8 ks králičích filet
- ✓ 8 stonků rozmarýnu cca 25 cm dlouhých
- ✓ 1/2 červené papriky
- ✓ 1/2 žluté papriky
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ 2 velké šalotky
- ✓ 4 polévkové lžice olivového oleje
- ✓ 20 g másla
- ✓ sůl
- ✓ pepř

Kategorie

Obyčejný den, Drůbež a králík, Hlavní chod