

Krůtí Cordon blue



Obtížnost: 

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

2807 kalorií , **4 g** cukrů , **52 g** tuků , **210 g** bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/kruti-cordon-blue>

Příprava

Maso omyjeme, naporcujeme na řízky (lépe vyšší). Do každého řízku nožem vytvoříme kapsu, do které vložíme plátek šunky a plátek sýru. Řízky sepne párátkem či špejlí, osolíme a opeříme z obou stran. Kapsy obalujeme klasicky v trojobale (mouka, vejce, strouhanka) a smažíme v rozpáleném tuku.

Ingredience

- ✓ 3/4 kg krůtích prsou
- ✓ 8 plátků šunky
- ✓ 8 plátků eidamu (Edamu)
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ pepř
- ✓ 2 ks vejce
- ✓ 1 hrneček hladké mouky
- ✓ 1 hrneček strouhanky
- ✓ 3 lžíce rostlinného oleje na smažení

Kategorie

Výjimečný den, Obyčejný den, Celoročně,
Finančně náročnější, Drůbež a králík, Návštěva,
Rodina, Hlavní chod