

Krůtí špízy v těstíčku



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 45min , Porce: 8

1436 kalorií , **8 g** cukrů , **8 g** tuků , **44 g** bílkovin

Autor: uschi3

Odkaz: <https://srecepty.cz/kruti-spizy-v-testicku>

Příprava

Maso opláchneme, osušíme a nakrájíme na kostky, osolíme a opeříme. Sýr a slaninu nakrájíme na kostičky, cuketu a cibuli na půlkolečka, brokolici rozebereme na malé růžičky. Na špejle střídavě napichujeme připravené suroviny. Z mouky, vajec, mléka, soli a pepře připravíme hustší těstíčko. Špízy obalíme v mouce, pak v těstíčku a usmažíme je v rozpáleném oleji. Na papírovém obrousku je necháme okapat. Ke špízům podáváme brambory a zeleninu.

Ingredience

- ✓ 600 g krůtích prsou
- ✓ 1/2 hlávky brokolice
- ✓ 100 g žampionů
- ✓ 200 g tvrdého sýra
- ✓ 100 g slaniny
- ✓ 2 cibule
- ✓ 1 malá cuketa
- ✓ 2-3 vejce
- ✓ 2 sklenky hladké mouky
- ✓ dle potřeby mléko
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Slovenská, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

