

# Kuřecí kapsa se šunkou, sýrem a zeleninou



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 4

**3878** kalorií , **4 g** cukrů , **247 g** tuků , **52 g** bílkovin

**Autor:** jessynka

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kureci-kapsa-se-sunkou-syrem-a-zeleninou>

## Příprava

Kuřecí plátky omyjeme, nasolíme. Na každý kus poklademe plátek šunky, sýra, nakrájenou papriku na proužky, čtvrtku rajčete a svineme. Připíchneme párátkem, aby se nám to nerozmotalo. Obalujeme jako klasický řízek v trojobale, mouka, vejce a strouhanka. Smažíme na oleji po všech stranách. Vhodnou přílohou jsou opečené brambory v troubě nebo hranolky.

## Ingredience

- 4 kuřecí řízky
- 4 plátky šunky
- 4 plátky tvrdého sýra
- 3 papriky (červenou, žlutou a zelenou)
- 2 rajčata
- 2 vejce
- hladká mouka na obalení
- strouhanka na obalení
- olej na smažení
- sůl

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

