

# Kuřecí prsa v houskových krutonech

**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15min  
Celkový čas: 35min , Porce: 4

**657** kalorií , **1 g** cukrů , **51 g** tuků , **6 g** bílkovin

**Autor:** notburga

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kureci-prsa-v-houskovych-krutonech>

## Příprava

Nejprve si připravíme krutonky: starší housky nakrájíme na malé kousky a dozlatova opečeme na vyšší vrstvě oleje. Vyjmeme a necháme vychladnout. Kuřecí prsa lehce naklepeme, osolíme a obalíme v trojobalu v pořadí: mouka, vejce, strouhanka. Na závěr ještě pěkně poválíme v krutoncích - musíme trochu přitlačit a vše necháme 5 minut odpočinout. Smažíme v rozpáleném oleji dozlatova.

## Ingredience

- 4 ks kuřecích prsou
- 2 ks housek
- 1 slepičí vejce
- 4 lžíce hladké mouky
- 1 špetka soli
- 50 ml rostlinného oleje

## Kategorie

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