

Pikantní cibulové kroužky



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 5min
Celkový čas: 10min , Porce: 2

214 kalorií , 4 g cukrů , 10 g tuků , 4 g bílkovin

Autor: Marsylie

Odkaz: <https://srecepty.cz/pikantni-cibulove-krouzky>

Příprava

Cibuli oloupeme a nakrájíme na kolečka. Do misky dáme 2 lžičky oleje + lžičku medu, lžíci jogurtu a koření. Vyšleháme a cibuli necháme 15 minut marinovat. Takto připravené cibulové kolečka obalujeme v hladké mouce a smažíme na oleji.

Ingredience

- ✓ 2 cibule
- ✓ 1 lžíce bílého jogurtu
- ✓ 2 lžičky slunečnicového oleje
- ✓ 1 lžička včelího medu
- ✓ 1/2 lžičky piri piri papriček
- ✓ 2 lžíce hladké mouky
- ✓ 1/2 lžičky grilovacího koření

Kategorie

Silvestr, Zelenina

