

Pikantní řízečky



Obtížnost:

Čas přípravy: 12h 0min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 12h 20min , Porce: 4

5370 kalorií , **5 g** cukrů , **32 g** tuků , **240 g** bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/pikantni-rizecky>

Příprava

Maso na krájíme na menší řízečky (můžeme také na nudličky). Připravíme si marinádu z olivového oleje, grilovacího koření, utřeného česneku a sojové omáčky. Maso v ní necháme uležet ideálně přes noc, nemáme-li čas, alespoň na 2 hodiny. Obalujeme klasicky v mouce, vajíčku a strouhance, do které jsme nasekali nejmenno jarní cibulku (její zelenou část).



Tip k receptu

Marinádu můžeme připravit také z koření gyros či mexického koření. Výborné jsou s jakýmkoli salátem nebo se zelenými fazolkami.

Ingredience

- ✓ 3/4 kg vepřové kýty nebo
- ✓ 3/4 kg vepřové plece
- ✓ 1 vejce
- ✓ 1 hrneček hladké mouky
- ✓ 2 hrnečky strouhanky
- ✓ 2 lžice grilovacího koření
- ✓ 1 dcl olivového oleje
- ✓ 1 lžička sojové omáčky
- ✓ 2 jarní cibulky
- ✓ 3 stroužky česneku

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod