

Plněné sojové medailonky v sýrovém těstíčku



Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min

Celkový čas: 50min , Porce: 4

355 kalorií , 1 g cukrů , 6 g tuků , 6 g bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/plnene-sojove-medailonky-v-syrovem-testicku>

Příprava

Sójové plátky podle návodu na obalu necháme povařit, vychladnout a pak dobře vymačkáme přebytečnou vodu. Pórek i anglickou slaninu si nakrájíme nadrobno a na lžičce másla obojí osmažíme. Směs také necháme zchladnout. Do připravených medailonků opatrně uděláme ostrým nožem kapsičku a tu naplníme směsí póрку a slaniny. Otvor zajistíme párátkem. Vymícháme těstíčko z vejce, mouky, Solamylu, strouhaného sýra, piva a špetky soli. Těstíčko má mít konzistenci jako na palačinky. Hustotu můžeme upravit přidáním mouky, Solamylu nebo piva. Naplněné sójové kousky namáčíme do těstíčka a smažíme v rozeřtém oleji dozlatova.



Tip k receptu

Přesvědčila jsem se, že takto připravené sójové "maso" chutná i zapřísáhlým odpůrcům (v tomto případě mému manželovi- netušíc, že jí sóju, si pochutnal na studených zbytcích :o)) Anglická slanina sóju ochutí a ovoní k nepoznání!

Ingredience

- ✓ 80 g sojových plátků
- ✓ 60 g anglické slaniny
- ✓ 1/2 póřku
- ✓ lžička másla
- ✓ 1 vejce
- ✓ 3-4 lžíce hladké mouky
- ✓ 2-3 lžíce Solamylu
- ✓ hrst strouhaného sýra
- ✓ asi 150 ml světlého piva
- ✓ špetka soli
- ✓ olej na smažení

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

