

Rizotové smažené šišky



Obtížnost:

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 8min
Celkový čas: 13min , Porce: 4

1158 kalorií , **0 g** cukrů , **53 g** tuků , **37 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/rizotove-smazene-sisky>

Příprava

Rýži dáme do osolené vroucí vody a vaříme 10-15 minut, dokud nezměkne. Mezitím nakrájenou cibuli osmažíme dozlatova, přidáme rozetřený česnek, nadrobno nakrájená rajčata a pažitku. Rýži scedíme a vmícháme do zeleninové směsi. Přidáme nastrouhaný sýr a znovu promícháme. Vytvarujeme 8 šišek a dáme smažit na rozpálený tuk. Šišky otáčíme, abychom je osmažili ze všech stran. Při podávání může rozpůlit.



Tip k receptu

Výborně se hodí k rybám.

Ingredience

- ✓ 2 lžíce rostlinného oleje
- ✓ 1 cibule
- ✓ 3 stroužky česneku
- ✓ 1-2 rajčata
- ✓ 1 sůl
- ✓ 1 svazek pažitky
- ✓ 150 g dlouhozrné rýže
- ✓ 100 g eidamu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Jídlo na každý den, Vegetarián, Hlavní chod