

Smažená mozzarella



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 20min , Porce: 2

1026 kalorií , **3 g** cukrů , **51 g** tuků , **55 g** bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/smazena-mozzarella>

Příprava

Plátky mozarely obalíme v trojobalu v pořadí: mouka, vejce a strouhanka smíchaná s rozdrčenými slunečnicovými semínky. Mozzarellu potom krátce smažíme na rozpáleném oleji - jen do zlatavě hněda.



Tip k receptu

Ze zbylé strouhanky a veje si můžeme ještě usmažit placičky. Nemají chybu!!

Ingredience

- ✓ 200 g Mozzarely
- ✓ 1 slepičí vejce
- ✓ 3 lžíce hladké mouky
- ✓ 4 lžíce strouhanky
- ✓ 1 hrst slunečnicových semínek

Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Rychlovka, Rodina, Hlavní chod