

Smažené plněné kuřecí prso v housce



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 2

2652 kalorií , **4 g** cukrů , **9 g** tuků , **79 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/smazene-plnene-kureci-prso-v-housce>

Příprava

Kuřecí prsa omyjeme, osušíme, podélně rozkrojíme, ale nedokrojíme. Maso rozložíme a z vnitřní strany naklepeme a osolíme. Na maso položíme plátky šunky na každou stranu a plátek tvrdého sýra. Rozkrojené naplněné prso složíme zpět, obalíme jej v hladké mouce, rozšlehaných vejcích a ve strouhance. Smažíme na pánvi ve vyšší vrstvě rozehrátého oleje. Po usmažení řízek omočíme opět v rozšlehaném vejci a poté obalíme v na kostičky nakrájené housce z předešlého dne a řízek dáme zpět do pánve dosmažit. Smažené plněné kuřecí prso v housce podáváme s bramborovým salátem, bramborovou kaší, nebo s brambory a tatarskou omáčkou.



Tip k receptu

Nejprve usmažíme oba řízky a poté máčíme ve vejci a housce. Na mírně zchladlém řízku houska lépe drží. Řízek je poměrně dost vysoký, tak smažíme velmi pomalu.

Ingredience

- ✓ 2 kuřecí prsa
- ✓ 2 plátky tvrdého sýra
- ✓ 4 plátky šunky od kosti
- ✓ 2 vejce
- ✓ sůl
- ✓ 1 hrnek hladké mouky
- ✓ 2 hrnky strouhanky
- ✓ asi 300 ml slunečnicového oleje
- ✓ 1 starší houska

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

