

Smažený sýrový kapr



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 4

1523 kalorií , **4 g** cukrů , **79 g** tuků , **26 g** bílkovin

Autor: jessynka

Odkaz: <https://srecepty.cz/smazeny-syrový-kapr>

Příprava

Nízké porce kapra osolíme, obalíme v mouce, rozšlehaném vejci a ve strouhance promíchané se sýrem. Vkládáme do dobře rozehřátého tuku a smažíme. Usmaženou rybu necháme okapat na papírovém ubrousku a potom ji pokapeme rozpuštěným máslem. Při podávání zdobíme zelenou petrželkou a citronem. Jako přílohu podáváme různé saláty. Přeji dobrou chuť.

Ingredience

- ✓ 4 porce kapra
- ✓ 60 g strouhanky
- ✓ 60 g strouhaného sýra
- ✓ hladká mouka
- ✓ sůl
- ✓ vejce
- ✓ olej na smažení
- ✓ máslo
- ✓ 1 citrón
- ✓ zelená petrželka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Klasika, Rodina, Hlavní chod