

Tatarkové řízky



Obtížnost: 

Čas přípravy: 1 dní 0h 15min , Čas vaření: 20min

Celkový čas: 1 dní 0h 35min , Porce: 4

3122 kalorií , **3 g** cukrů , **121 g** tuků , **259 g** bílkovin

Autor: Svetlana

Odkaz: <https://srecepty.cz/tatarkove-rizky>

Příprava

Kuřecí řízky lehce naklepeme a osolíme. Do misky dáme tatarku, prolisovaný česnek a celé vejce. Vše, mimo strouhanky, rozšleháme na marinádu a do ní vložíme řízky. Marinádu uděláme tolik, aby v tom řízky byly celé pokryté. Nakládá se aspoň den předem. Druhý den vytáhneme z marinády, tak jak jsou, a hned je obalujeme pouze ve strouhance a smažíme jako klasický řízek.

Ingredience

- ✓ 1 kg kuřecích prsou
- ✓ 250 ml tatarské omáčky
- ✓ 1 vejce
- ✓ 5 stroužků česneku
- ✓ 1 lžíce soli
- ✓ 1 hrneček strouhanky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod