

Wontony s mletým masem

Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

850 kalorií , **3 g** cukrů , **43 g** tuků , **73 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/wontony-s-mletym-masem>

Příprava

Jarní cibulku a rajčata nakrájíme na drobno a přidáme mleté maso, rajčatový protlak, sojovou omáčku, olivový olej, moučkový cukr a sníh z bílku. Vše promícháme a přidáme solamyl. Plátky wontonového těsta rozložíme a na každém plátku dáme 1 lžící vzniklé směsi. Okraje plátků lehce potřeme vodou a rohy každého plátku se směsí stiskneme k sobě. Takto vzniklé wontony vaříme 5-7 minut v páře. Okamžitě podáváme.

Ingredience

- 300 g mletého masa
- 100 g rajčat
- 3 jarní cibulky
- 1 lžice sojové omáčky
- 1 lžice olivového oleje
- 1 lžice cukru moučky
- 1 vaječný bílek
- 2 lžice solamylu
- 24 plátků wontonového těsta

Kategorie

Výjimečný den, Čínská, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Něco extra, Labužník, Předkrm