



Ančovičky smažené

Ingredience

čerstvé ančovičky (sardelky): **250 g**
hladká mouka: **2 PL**
koření na ryby: **1 KL**
sůl
pepř
šťáva z citronu
olej

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Méně dietní, ale chutné

Omyté ančovičky důkladně osušíme papírovou utěrkou. Osolíme, opeříme, pokapeme citronovou šťávou a posypeme kořením na ryby. Obalíme v mouce a na rozpáleném oleji smažíme dozlatova. Smažené ančovičky podáváme se zeleninovým salátem nebo s pečivem.

Ančovičky smažené - recept

Omyté ančovičky důkladně osušíme papírovou utěrkou. Osolíme, opeříme, pokapeme citronovou šťávou a posypeme kořením na ryby. Obalíme v mouce a na rozpáleném oleji smažíme dozlatova. Smažené ančovičky podáváme se zeleninovým salátem nebo s pečivem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí