

Recepty



Kapustové karbanátky

Ingredience

kapusta: **1 ks**
vejce: **1 ks**
cibule: **1 ks**
česnek - stroužky: **1 ks**
strouhanka: **50 g**
sůl
pepř
olej na smažení
sezamová semínka

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Kapustu povaříme v osolené vodě do změknutí. Cibuli nakrájíme nadrobno a opečeme dozlatova, česnek utřeme se solí. Uvařenou kapustu nasekáme na kousky, přidáme vejce, strouhanku, česnek, sezamová semínka, cibuli i koření a důkladně propracujeme. Kapustové karbanátky smažíme z obou stran v...

Kapustové karbanátky - recept

Kapustu povaříme v osolené vodě do změknutí. Cibuli nakrájíme nadrobno a opečeme dozlatova,

česnek utřeme se solí. Uvařenou kapustu nasekáme na kousky, přidáme vejce, strouhanku, česnek, sezamová semínka, cibuli i koření a důkladně propracujeme. Kapustové karbanátky smažíme z obou stran v rozpáleném oleji.

Kapustové karbanátky podáváme s bramborami nebo bramborovou kaší.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí