



Květákové krokety

Ingredience

syrový květák: **150 g**
vařené brambory: **150 g**
malé vejce: **1 ks**
hrubá mouka: **100 g**
prášek do pečiva: **1 KL**
sůl
pepř
olej na smažení
vejce, mléko a strouhanka na obalení

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujem

Uvařené a vychladlé brambory i syrový květák nastroháme najemno. Přidáme vejce, mouku smíchanou s práškem do pečiva a vypracujeme těsto na květákové...

Květákové krokety - recept

Uvařené a vychladlé brambory i syrový květák nastroháme najemno. Přidáme vejce, mouku smíchanou s práškem do pečiva a vypracujeme **těsto na květákové krokety**. Podle konzistence můžeme přisypávat mouku. Hmota by měla být dobře tvarovatelná a držet pohromadě. Rukama

tvoríme podlouhlé válečky.

Květákové krokety namáčíme do osoleného vajíčka zředěného trochou mléka a obalujeme ve strouhance. Smažíme ve větší vrstvě oleje dozlatova ze všech stran. Hotové krokety odkládáme na papírovou utěrku, která vysaje přebytečný tuk.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí