



Rybí škvarky z kapra

Ingredience

filety z kapra: **400 g**

sádlo: **80 g**

pálivá paprika

sladká paprika

česnek

hladká mouka

sůl

pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Méně dietní, ale chutné

Kapří maso nakrájíme na pásky nebo kostky, smícháme s prolisovaným česnekem, osolíme, opepříme a necháme asi 30 minut uležet v lednici. V míse smícháme hladkou mouku, sladkou i pálivou papriku, trochu soli a pepře. Kapří kousky ve směsi obalíme a smažíme na sádle dokřupava a dozlatova. Rybí...

Rybí škvarky z kapra - recept

Kapří maso nakrájíme na pásky nebo kostky, smícháme s prolisovaným česnekem, osolíme, opepříme a necháme asi 30 minut uležet v lednici. V míse smícháme hladkou mouku, sladkou i pálivou papriku,

trochu soli a pepře. Kapří kousky ve směsi obalíme a smažíme na sádle dokřupava a dozlatova.

Rybí škvarky ideálně doplní chléb nebo na odlehčení zeleninový salát.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí