



Smažené žampiony

Ingredience

žampiony: **300 g**
hladká mouka - hrnek: **1 ks**
větší vejce: **1 ks**
mléko: **2 PL**
strouhanka - hrnek: **1 ks**
strouhaný parmezán: **1 PL**
olej na smažení
sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Méně dietní, ale chutné

Smícháme vejce, mléko, trochu soli a pepře a metličkou zašleháme do směsi lžící hladké mouky. Žampiony rychle opláchneme, osušíme papírovou utěrkou, osolíme, opepříme a obalíme v hladké mouce. Houby ponoříme do vajíčka a následně obalíme ve strouhance smíchané se strouhaným parmezánem. Smažíme ve...

Smažené žampiony - recept

Smícháme vejce, mléko, trochu soli a pepře a metličkou zašleháme do směsi lžící hladké mouky.

Žampiony rychle opláchneme, osušíme papírovou utěrkou, osolíme, opepříme a obalíme v hladké mouce. Houby ponoříme do vajíčka a následně obalíme ve strouhance smíchané se strouhaným parmezánem. Smažíme ve větší vrstvě rozehřátého oleje dozlatova a odkládáme na papírovou utěrku, která **vysaje přebytečný tuk**.

Smažené žampiony můžeme odlehčit zeleninovým salátem, který podáváme jako přílohu.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí