

# Recepty



## Smažený květák

Ingredience

malý květák: 1 ks  
vejce: 2 ks  
hladká mouka  
strouhanka  
sůl  
pepř  
olej

### STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujem

**Květák rozebereme na růžičky, které necháme v osolené vodě povařit asi 3 minuty do poloměkka. Květák scedíme, necháme vychladnout a případně osušíme...**

Květák rozebereme na růžičky, které necháme v osolené vodě povařit **asi 3 minuty** do poloměkka. Květák scedíme, necháme vychladnout a případně osušíme papírovou utěrkou.

**Květák** nejdříve obalíme v hladké mouce, poté v osoleném a opepřeném rozšlehaném vajíčku a nakonec ve strouhance. Postup namočení ve vajíčku a obalení ve strouhance můžeme ještě zopakovat. Smažíme ve větší vrstvě rozehřátého oleje ze všech stran dozlatova. **Smažený květák** odkládáme na ubrousek, který **vysaje přebytečný tuk**.

**Smažený květák** se obvykle podává s vařenými bramborami nebo bramborovou kaší. Můžete si k němu udělat i [domácí tatarku](#).

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí