

# Recepty



## Ančovičky smažené

Ingredience

čerstvé ančovičky (sardelky): **250 g**  
hladká mouka: **2 PL**  
koření na ryby: **1 KL**  
sůl  
pepř  
šťáva z citronu  
olej

**STUPEŇ ZDRAVOSTI:**

Méně dietní, ale chutné

**Omyté ančovičky důkladně osušíme papírovou utěrkou. Osolíme, opepříme, pokapeme citronovou šťávou a posypeme kořením na ryby. Obalíme v mouce a na rozpáleném oleji smažíme dozlatova. Smažené ančovičky podáváme se zeleninovým salátem nebo s pečivem.**

## Ančovičky smažené - recept

Omyté ančovičky důkladně osušíme papírovou utěrkou. Osolíme, opepříme, pokapeme citronovou šťávou a posypeme kořením na ryby. Obalíme v mouce a na rozpáleném oleji smažíme dozlatova. Smažené ančovičky podáváme se zeleninovým salátem nebo s pečivem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí