



Domácí rybí prsty

Ingredience

ryba (např. treska): **500 g**
vejce: **2 ks**
citron: **1 ks**
hladká mouka
strouhanka
bylinková sůl
olej

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Omyté ryby nakrájíme na špalíčky, osolíme, pokapeme citronovou šťávou a necháme uležet 20 minut v ledniče. Obalíme v hladké mouce, rozšlehaném vajíčku a strouhance. Smažíme na rozpáleném oleji na pánvi nebo ve fritovacím hrnci. Podáváme s bramborem nebo bramborovou kaší a oblíbenou omáčkou.

Domácí rybí prsty - recept

Omyté ryby nakrájíme na špalíčky, osolíme, pokapeme citronovou šťávou a necháme uležet 20 minut v ledniče. Obalíme v hladké mouce, rozšlehaném vajíčku a strouhance. Smažíme na rozpáleném oleji na pánvi nebo ve fritovacím hrnci. Podáváme s bramborem nebo bramborovou kaší a oblíbenou

omáčkou.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí