

Krůtí řízky plněné šunkou a taveným sýrem

Šťavnaté krůtí řízky plněné šunkou a taveným sýrem, obalené a opečené do zlatova.

#HlavníJídlo #Obědy #Snadné

Alergeny: lepek, vejce, mléko (orientačně podle surovin, vždy zkontrolujte obal)

Příprava 20 min · Vaření 15 min | Střední | 4 porce | ≈ 44,93 Kč/porce | 430 kcal/porce

Na porci: 48 g bílkovin | 18 g sacharidů | 18 g tuků

Hlavní suroviny ve slevě
Ušetříte 34,08 Kč

~~199,91 Kč~~ **165,83 Kč** -17 %
za množství použité na 4 porce

Suroviny



Prominent Krůtí prsní řízky · 600 g
Potřeba: 600 g
131,94 Kč
Nejnižší cena



Le & Co Šunka od kosti nejvyšší jakosti shaved 100 g · 100 g
Potřeba: 100 g
27,90 Kč
Dobrá cena



Veselá Kráva Lahodná tavený sýr 8ks 120 g · 8ks
Potřeba: 4 trojúhelníčky
29,90 Kč
Nejnižší cena



Vejce M30 kusů podestýlka
Potřeba: 2 ks
89,90 Kč
Nejnižší cena

Co ještě přidat



Čes Mlynář HLADKÁ MOUKA 1kg · 1 kg
Potřeba: 60 g
14,22 Kč



Penam Strouhanka z krudonů 500g · 500g
Potřeba: 80 g
29,90 Kč



Avena Apetol fritovací olej 1l · 1l
Potřeba: 100 ml
64,90 Kč



Solsanka Mořská sůl hrubozrnná 1 kg · 1 kg
Potřeba: 1 lžička
32,90 Kč



Černý pepř mletý 20g · 20g
Potřeba: 1/2 lžičky
11,90 Kč

Postup

1. Řízky naklepejte a nařízněte do kapsy, osolte a opepřete.
2. Do každé kapsy vložte plátky šunky a rozlomené taveného sýra, okraje přitiskněte nebo zajistěte špejlí.
3. Vejce rozšlehejte na talíři, do dalšího dejte mouku a do třetího strouhanku.
4. Řízky obalte v mouce, ve vejci a ve strouhance.
5. Na pánvi rozehřejte olej a řízky smažte z obou stran po 6 až 7 minutách dozlatova.
6. Odkapejte na papírové utěrce a podávejte například s bramborovou kaší nebo salátem.

Tip: Místo smažení můžete řízky péct v troubě při 200 °C asi 25 minut, budou lehčí.

Otevři recept v telefonu
Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.