

Cuketové smaženky



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 5min
Celkový čas: 15min , Porce: 3

159 kalorií , **0 g** cukrů , **11 g** tuků , **12 g** bílkovin

Autor: uschi3

Odkaz: <https://srecepty.cz/cuketove-smazenky>

Příprava

Cuketu oloupeme, nakrájíme na kolečka, vnitřek vykrojíme nebo vydlabeme a rozložíme na papírový ubrousek. Poté cuketová kolečka osolíme, obalíme v hladké mouce, v rozšlehaných vejcích a ve strouhance. Smažíme na oleji a na ubrousku necháme okapat přebytečný olej. Podáváme se zeleninou, tatarskou omáčkou, nebo kečupem a toasty nebo s bramborami.

▣ Tip k receptu

Na cuketové smaženky jsou vhodné i starší, větší cukety, pokud máme velkou úrodu a nestíháme je spotřebovat, můžeme je takhle vysmažit.

Ingredience

- 1 větší cuketa
- trochu hladké mouky
- trochu strouhanky
- 2 vejce
- špetka soli
- špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Vegetarián, Hlavní chod

