

Cukety s bylinkami a parmazánem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

1233 kalorií , **2 g** cukrů , **26 g** tuků , **53 g** bílkovin

Autor: Surikata

Odkaz: <https://srecepty.cz/cukety-s-bylinkami-a-parmazanem>

Příprava

Cukety nakrájejte na plátky, osolte je a opeřete. Do jedné misky dejte mouku, v další rozšlehejte vejce s mlékem a celou směs osolte. Sýr nastrouhejte na jemném struhadle a promíchejte se strouhankou a nasekanými bylinkami. Kolečka cukety obalujte v mouce, vejci, a nakonec ve strouhance. V pánvi rozpalte olej a postupně na něm usmažte cuketu z obou stran dozlatova. Cukety skládejte na papírové ubrousky, aby se z nich odsál přebytečný tuk. Podávejte s tatarskou omáčkou a majonézou.

Tip k receptu

Cuketu můžete také připravit v létě na grilu. Obalenou ji pokapejte olejem a vyskládejte na grilovací mřížku nebo tácek. Pečte z obou stran dozlatova.

Ingredience

- 1 špetka pepř
- 100 g hladká mouka
- 1 ks vejce
- 100 ml mléko
- 1 lžíce Majonéza Spak
- 2 ks cuketa
- 1 špetka sůl
- 150 g strouhanka
- 60 g parmazán/parmezán
- 1 troška Olej
- 1 balení Tatarská omáčka Spak

Kategorie

Italská, Mléčné výrobky a vejce , Zelenina

