

# Fish and chips



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

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

**6859** kalorií , **4 g** cukrů , **540 g** tuků , **188 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/fish-and-chips>

## Příprava

Brambory oloupeme, nakrájíme na hranolky, osolíme, opepříme a zakápneme olivovým olejem. Pečeme 25 minut pod grilem. Bílky našleháme vidličkou, smícháme je s pivem a moukou. Připravili jsme si těstíčko. Filety nakrájíme na kousky o velikosti 10x2 cm. Osolíme a opepříme je a smažíme na oleji dozlatova. Filety podáváme s bramborem a majonézou.

### ▣ Tip k receptu

Slavné anglické fish and chips se podávají ještě zakápnuté octem.

## Ingredience

- 1,5 kg brambor
- 125 g hladké mouky
- 250 ml světlého piva
- 800 g tresky
- 500 ml slunečnicového oleje
- 7 g soli
- 7 g pepře
- 2 lžíce olivového oleje
- 2 ks bílků
- 5 lžíc majonézy

## Kategorie

Obyčejný den, Britská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Zelenina, Hlavní chod

