

Holandské řízečky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 35min , Porce: 4

1551 kalorií , **1 g** cukrů , **4 g** tuků , **45 g** bílkovin

Autor: surikata

Odkaz: <https://srecepty.cz/holandske-rizecky>

Příprava

Vše v misce prohněteme a tvoříme malé placičky, které obalíme v trojobalu jako řízek a na nižší teplotu smažíme. Jako příloha je dobrá bramborová kaše a zelenina, klidně i zeleninový salát.

Ingredience

- 500 g mletého masa, lépe bez tuku
- 200 ml mléka
- 2 vejce
- 2 lžíce hrubé mouky
- 5 lžic strouhanky (podle potřeby i více)
- špetka soli
- špetka pepře
- 150-200 g strouhaného sýra
- 1/2 šálku hladké mouky
- 1-2 vejce
- hrneček strouhanky

Kategorie

Obyčejný den, Nizozemská, Celoročně,
Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina,
Hlavní chod

