

Jednohubky z červené řepy s uzeným lososem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 40

1186 kalorií , **3 g** cukrů , **45 g** tuků , **80 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/jednohubky-z-cervene-repy-s-uzenym-lososem>

Příprava

Řepu uvaříme nebo upečeme doměkka. Poté ji nakrájíme na kousky a smícháme s řeckým jogurtem. Rozmixujeme do hladka. Vmícháme vejce, sodu a mouku. Smažíme asi 30 sekund z každé strany (bez oleje, na teflonové pánvi). Podáváme s čerstvým sýrem, uzeným lososem, osolené a opeřené, ozdobené koprem.

Tip k receptu

Podáváme s bagetkou pokapanou olivovým olejem.

Ingredience

- 1 ks řepy
- 170 g Řeckého jogurtu
- 2 vejce
- 1/2 lžičky sody bikarbóny
- 140 g hladké mouky
- 100 g sýru Ricotta
- 200 g lososu
- 4 lžíce kopru

Kategorie

Silvestr, Obyčejný den, Řecká, Celoročně, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Předkrm

