

Karbenátky z kapra



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 45min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

2923 kalorií , **2 g** cukrů , **88 g** tuků , **231 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/karbenatky-z-kapra>

Příprava

Kapra očistíme, vykucháme a naporcujeme. Dáme vařit do osolené vroucí vody na 10-15 minut. Necháme vychladnout a maso obereme od kostí. Vybíráme pouze větší kosti. Maso pomeleme, osolíme a opepříme dle chuti. Přidáme na jemno nakrájenou cibuli, rozetřený česnek, 2 vejce, kari koření, kmín a 150 g strouhanky. Vše důkladně zpracujeme a tvoříme malé karbenátky. Zbývající vejce rozšleháme a připravené karbenátky obalujeme v mouce, vejci a strouhance. Dáme smažit do zlatova na rozpálený olej.

▣ Tip k receptu

Jako ozdobu můžeme použít uvařenou bazalku a osmaženou červenou cibuli.

Ingredience

- 1 kg kapřího masa
- sůl
- pepř
- 4 vejce
- 2 cibule
- 5 stroužků česneku
- 1 lžička kari koření
- 300 g strouhanky
- 100 g polohrubé mouky
- 1 lžička kmínu

Kategorie

Výjimečný den, Francouzská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Něco extra, Rodina, Hlavní chod