

Rízek plněný špenátem a mozzarellou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 55min , Porce: 4

5386 kalorií , **4 g** cukrů , **368 g** tuků , **66 g** bílkovin

Autor: jessynka

Odkaz: <https://srecepty.cz/rizek-plneny-spenatem-a-mozzarellou>

Příprava

Omyjeme plátky masa, nasolíme a naklepeme. Uvaříme špenát. Na řízky klademe uvažený vychladlý špenát a nahoru dáme mozzarellu. Řízky svineme a připíchneme párátky. Obalujeme v klasickém trojobalu, mouka, vejce a strouhanka. Smažíme na oleji po všech stranách. Vhodnou přílohou jsou opečené brambory, hranolky nebo krokety. Přeji dobrou chuť, protože je to opravdu moc dobrá kombinace masa, špenátu s mozzarellou.

Ingredience

- 4 vepřové řízky
- 250 g špenátu
- 250 g Mozzarely
- 3 vejce
- strouhanka na obalení
- hladká mouka na obalení
- sůl
- olej na smažení

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Rodina, Hlavní chod

