

Smažený úhoř



Obtížnost: □□□□□

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

5680 kalorií , **2 g** cukrů , **422 g** tuků , **304 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/smazeny-uhor>

Příprava

Vykuchaného, vykostěného úhoře stáhneme z kůže a nakrájíme na 5 cm silné kousky. Maso osolíme, posypeme chilli kořením, obalíme ve vejci a lehce v mouce. Na pánvi roztopíme máslo a za stálého obracení smažíme kousky masa, dokud není červené a měkké.

Posypeme sezamem, na kolečka nakrájeným pórkem a cibulí. Důkladně promícháme, pokapeme citrónovou šťávou a ihned podáváme s plátky uzeného lososa.

Ingredience

- 1,5 kg úhoře
- sůl
- 1 lžička chilli koření
- 2 lžíce citrónové šťávy
- 100 g másla
- 1 lžička sezamu
- 1 menší pórek
- 1 menší cibule
- 12 plátků uzeného lososa
- 100 g hladké mouky
- 1 vejce

Kategorie

Výjimečný den, Norská, Celoročně, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Klasika, Labužník, Hlavní chod

