

# Zeleninové smaženky



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min  
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 8

**2142** kalorií , **1 g** cukrů , **192 g** tuků , **102 g** bílkovin

**Autor:** Roxana

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/zeleninove-smazenky>

## Příprava

Sýr nastrouháme, přidáme vejce, mraženou zeleninu, osolíme, opepříme a na oleji utvoříme malé placičky, které opečeme. Množství je pouze orientační, záleží na chuti a hlavně aby se těsto spojilo. Rychlá a dobrá chuťovka i bez brambor pro nečekané hosty.

### Tip k receptu

Do zeleninové směsi můžeme přidat i jemně pokrájený salám dle chuti. Vršek je možné ozdobit petrželkou, kroužky cibule, ale nejlépe barevnou paprikou.

## Ingredience

- 30 dkg Eidamu (Edamu)
- 4 vejce
- 1/2-1 balení mražené zeleninové směsi
- pepř
- sůl
- rostlinný olej na smažení

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Podzim, Finančně nenáročná, Jídlo na každý den, Rodina, Svačinka

