

# Zlaté kuřecí řízky



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 50min , Porce: 3

**2202** kalorií , **3 g** cukrů , **140 g** tuků , **159 g** bílkovin

**Autor:** oriestok

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/zlate-kureci-rizky>

## Příprava

Kuracie prsia vykostíme, pokrájame na rezne, naklepeme a osolíme. Z múky, vajec, mlieka, ošúpaných posekaných mandlí a hrozienok namočených vo vode pripravíme cestíčko. Namáčame doňho rezne. Na rozohriatom oleji vyprážame dozlatista. Ošúpané jablko pokrájame na kolieska na namáčame do skaramelizovaného cukru. Pokvapkáme citrónovou šťavou. Každý rezeň ozdobíme takýmto jablkom. Podávame s hráškovou či pažitkovou, prípadne karí ryžou, kompótom alebo zeleninovým šalátom.

## Ingredience

- 600 g kuřecích prsou
- 40 g hladké mouky
- 2 slepičí vejce
- 150 ml mléka
- 40 g mandlí
- 40 g rozinek
- 100 ml rostlinného oleje
- 1 jablko
- 80 g cukru krupice
- 3 lžíce citrónové šťávy

## Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Návštěva, Hlavní chod