

Chilli ryba na víně



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

1828 kalorií , **13 g** cukrů , **136 g** tuků , **64 g** bílkovin

Autor: Kantarina

Odkaz: <https://srecepty.cz/chilli-ryba-na-vine>

Příprava

Porce kapra obalíme v mouce smíchané s chilli. Dáme rozpustit máslo, když bublá přidáme 2 dl bílého vína, přidáme kapra, posypeme strouhaným sýrem, pokapeme kečupem a dáme do vyhřáté trouby asi na 20 minut péct, pak přidáme ještě víno a kečup do šťávy a trochu sýra na zahuštění. Na mírném ohni necháme 10-15 minut dopéci.

Ingredience

- 4 plátky kapra
- 100 g hladké mouky
- 2 lžíce chilli koření
- 100 g másla
- 3 dcl bílého vína
- 200 g strouhaného sýra
- 3 lžíce kečupu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod