

Filé v pивním těstíčku



Obtížnost: □□□□□

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

1020 kalorií , **0 g** cukrů , **18 g** tuků , **119 g** bílkovin

Autor: jessynka

Odkaz: <https://srecepty.cz/file-v-pivnim-testicku>

Příprava

Rybí filé rozporcujeme, osolíme a obalíme v mouce. Z vajec, piva a mouky ušleháme těstíčko, které osolíme, opepříme. Porce filé namáčíme v těstíčku a prudce osmažíme po jedné straně. Když filé obrátíme, opékáme mírněji pod pokličkou. Filé při zachování tohoto postupu zůstane křehké. Podáváme s vařenými bramborami nebo bramborovou kaší a hlávkovým salátem a rajčaty. Přeji dobré pochutnáníčko.

Ingredience

- 600 g rybího filé
- 2 vejce
- 120 g polohrubé mouky
- 1 pokrmový tuk 100%
- 6 lžic světlého piva
- mletý pepř
- sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Klasika, Rodina, Hlavní chod

