

# Kapří sekaná



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 40min  
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 5

**329** kalorií , **23 g** cukrů , **15 g** tuků , **9 g** bílkovin

**Autor:** Angel 666

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kapri-sekana>

## Příprava

Z kapra stáhneme kůži a odstraníme velké kosti. Čisté maso umeleme. Mleté kapří maso smícháme s mletým vepřovým, přidáme v mléce rozmočený rohlík, vejce, prolisovaný stroužek česneku, kečup, sojovou omáčku, koření a sůl. Nakonec vmícháme papriku nakrájenou na malé kostičky. Hmotu dáme do formy na chlebiček, navrchu potřeme olejem a pečeme v troubě rozehřáté na 180°C asi 40 minut dozlatova. Podáváme s vařeným bramborem a okurkovým salátem.

## Ingredience

- 500 g čistého masa z kapra
- 150 g vepřového mletého masa
- 1 rohlík
- šálek mléka
- 1 vejce
- 1 stroužek česneku
- 1 lžice ostrého kečupu
- 1 lžice sojové omáčky
- koření na mleté maso
- sůl
- 1/2 červené papriky
- lžice oleje

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Něco extra, Labužník, Hlavní chod

