

Kuřecí holandské řízky

Počet porcí: 6

Doba přípravy: 30 minut

Postup přípravy

Mleté kuřecí maso smícháme se sýrům, eidam nastrouháme nahrubo a nivu na jemno. Přidáme česnek, cibuli, vejce (2 ks), mléko, pepř a tak 3 lžíce hladké mouky. Tvoříme řízečky ve tvaru dlaně a obalujeme v trojobalu. Podáváme s bramborovou kaší.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Česnek** - 4 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Strouhanka** - 30 g
- **Eidam 30% cihla 2600 g** - 72 g
- **Jihočeské mléko lahodné polotučné 1,5% 1 l** - 100 g
- **Jihočeská Niva 50 % 110 g** - 60 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 2 g
- **Mouka hladká 1 000 g** - 50 g
- **Vejce** - 150 g
- **Kuřecí mleté maso 500 g** - 480 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

