

# Karbanátky z filé

**Počet porcí:** 2

**Doba přípravy:** 60 minut

## Postup přípravy

Rozmrazené filé nakrájíme na kousky, pokapeme citrónovou šťávou, osolíme a necháme chvíli odležet v chladu. Filé rozmačkáme vidličkou na drobné kousky, přidáme žloutek a sójovou mouku. Promícháme a ze směsi tvoříme placičky, které posypeme moukou, obalíme je v bílku a strouhance a osmažíme z obou stran.

## Ingredience

- Vejce - 40 g
- Jedlá sůl - 2 g
- Citróny - 10 g
- Filé rybí - 200 g
- Strouhanka - 38 g
- Olej slunečnicový - 20 g
- Hladká mouka - 20 g
- ARAX Mouka jáhlová hladká 300 g - 18 g

