Česnekové kuřecí řízečky ala fastfood s coleslawem

Recepty

Hlavní chody

Oslava

90 min

4



1.9

61

Budete potřebovat

krouhané bílé zelí	1 hrnek
krouhaná mrkev	1 hrnek
Vitana majonéza	100 ml
jablečný ocet	1 lžíce
cukr	1 lžíce
sůl	špetka
pepř	špetka

kuřecí prsní řízky	3 ks
hladká mouka	250 g
drcené kukuřičné lupínky	100 g
Vitana česnek opečený	1 lžička
Vitana paprika pálivá	špetka
rostlinný olej	na smažení

Příprava receptu

Na coleslaw:

Zelí nakrouhejte najemno. Mrkev oloupejte a nastrouhejte na julienne nudličky. V misce smíchejte ingredience na dresink a přidejte k zelenině. Vše řádně (ideálně rukama) propracujte, ochutnejte a případně dochuťte. Nechte alespoň hodinu odležet v lednici.

Na řízečky:

Kuřecí prsa omyjte, očistěte od blanek a nakrájejte na stripsy. Osolte a přidejte lžíci oleje, lžičku mleté papriky a lžičku česneku, řádně promíchejte. Nechte v lednici alespoň hodinu uležet.

Vejce promíchejte vidličkou a osolte. Mouku promíchejte s lžičkou mleté papriky. Kukuřičné lupínky rozmixujte a smíchejte je se strouhankou. Vychladlé stripsy obalte v trojobalu a smažte v rozpáleném oleji na pánvi dozlatova. Nechte okapat a podávejte se salátem.

Paprika pálivá mletá

Poctivá Majonéza 425 ml

Česnek opečený