

Rybie prsty bezlepkové nemleté

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 20 minút

Bez lepku

Postup prípravy

V rúre: hlboko mrazené rybie prsty pečieme v predhriatej rúre na hornom rošte na 220 °C (horný a spodný ohrev) alebo (cirkulačný vzduch: 200 °C) po dobu 13–15 minút na plechu vyloženom papierom na pečenie, do zlatohneda.

Na panvici: v panvici rozohrejeme trochu tuku a vložíme doň hlboko mrazené rybie prsty. Rybie prsty vyprážame pri stredne vysokej teplote 3–4 minúty z každej strany do zlatohneda.

Ingrediencie

- **Olej slnečnicový** - 40 g
- **Nowaco rybie prsty bezlepkové nemleté 250 g** - 250 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

