

Kapor v chrumkavom kabátiku

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Rybie porcie pokvapkáme citrónom, nasolíme a posypeme rascou. Potom potrieme olivovým olejom, poprášime múkou a obalíme v kukuričnej strúhanke. Na plech dáme papier na pečenie, na ten položíme obalené porcie kapra a pečieme vo vyhriatej rúre. Otáčať nemusíme, upečie sa krásne do chrumkava po oboch stranách.

Ingrediencie

- **Bezlepková múka Nomix 500 g** - 50 g
- **Kukuričná strúhanka 200 g** - 100 g
- **Citróny** - 50 g
- **Kapor polka s kožou čerstvá chladená** - 800 g
- **Olivový olej** - 20 g
- **Rasca** - 4 g
- **Jedlá soľ** - 7 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

