

## Suroviny 1 porce

- |                           |                                   |
|---------------------------|-----------------------------------|
| • Brambory – 200 g        | • Pšeničná mouka hladká – 15 g    |
| • Sůl – trochu            | • Strouhanka – 20 g               |
| • Okurka salátová – 200 g | • Eidam, 30% tuku v sušině – 70 g |
| • Hnědý cukr – 10 g       | • Mléko, 1,5% tuku – 150 ml       |
| • Pepř, černý – trochu    | • Máslo – 10 g                    |
| • Jablečný ocet – 10 ml   | • Slunečnicový olej – 5 ml        |
|                           | • Vejce – 1 kus                   |

## Příprava

Brambory oloupeme, omyjeme, nakrájíme na čtvrtky a dáme vařit do osolené vody na cca 15 min. Mezitím oloupeme okurku, omyjeme a nastrouháme na kolečka do salátové mísy. Osolíme, osladíme, přidáme pepř a zakápneme octem. Zamícháme a dáme prozatím do chladničky. Připravíme si trojbal – rozšlehané vejce se solí a pepřem, mouku a strouhanku. Sýr obalíme. Když se nám brambory dovaří, scedíme je a ještě teplé rozštoucháme. Postupně přidáváme ohřáté mléko.

Nakonec kaši zjemníme máslem a dochutíme solí dle potřeby.

Na pánvičce si rozežřejeme olej, a sýr na něm z obou stran opečeme, cca 3 min na každé straně, na středním plamenu.

Na talíři servírujeme kaši se smaženým sýrem a okurkový salát v mističce. Dobrou chuť

## Smažený sýr s bramborovou kaší a okurkovým salátem

### Více informací o receptu



Obtížnost: středně obtížné



vegetariánské



25 minut/y



Průměrné hodnocení

### Nutriční hodnoty



739 kcal



32 g tuky



37 g bílkoviny



70 g sacharidy



5 g vláknina