



Frytki z cukinii

Autor: najlepszewkuchni.pl

Osób: 4

Czas: **Do 1h**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Piekarnik nagrzać do 200°C. Cukinię umyć, osuszyć i pokroić na paski w kształcie frytek. W misce roztrzepać jajko ze śmietanką, dodać przeciśnięty przez praskę czosnek, oregano, sól i pieprz, wymieszać.

Krok 2

Na drugi talerz wysypać bułkę tartą, dodać paprykę i wymieszać. Blaszke wyłożyć papierem do pieczenia, cukinię moczyć w masie jajecznej, a następnie obtaczać w bułce. Odkładać na blaszkę. Frytk skropić oliwą i piec przez 20 minut.

Krok 3

Podawać z sosem tzatziki lub czosnkowym.

Składniki:

- 500 g cukinii
- 1 ząbek czosnku
- 1 jajko
- 1 łyżka śmietanki łaciata 18%
- 2/3 szklanki bułki tartej
- 1 łyżeczka ostrej papryki
- 1 łyżeczka suszonego czosnku
- 1 łyżeczka suszonego oregano
- Oliwa
- Sól i pieprz