



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. Blaszkę 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%

$\frac{2}{3}$ szklanki bułki tartej

1 łyżeczka ostrej papryki

1 łyżeczka suszonego czosnku

1 łyżeczka suszonego oregano

Oliwa

Sól i pieprz