



Pečené pikantné karfiolové nugetky

⌚ 60–70 Min ♡ ♡ ♡

Príprava

Ingrediencie 2 Porcie

♦ = Kotányi Produkty

1 kus	Karfiol, veľký
120 ml	Mlieko (alebo rastlinné mlieko)
60 g	Múka
1	Šálka strúhanky
1 ČL	♦ Čili Bird's Eye
1 štipka	♦ Morská soľ jedlá jódovaná
	Zeleninový olej

- 1 Umyte karfiol a osušte ho papierovou utierkou. Nakrájajte celú hlavu na malé ružičky.
- 2 Kým pripravujete prísady, predhrejte rúru na 200 °C (392 °F).
- 3 Zmiešajte múku a mlieko v mise. V druhej mise zmiešajte strúhanku a trochu soli. Vmiešajte 1 ČL čili Bird's Eye.
- 4 Ružičky karfiolu ponárajte do zmesi mlieka a múky. Odporúčame nechať prebytočné cestíčko z ružičiek odkvapkať, aby sa ľahšie obalovali strúhankovou zmesou. Ružičky by mali byť úplne obalené v strúhanke.
- 5 Vystel'te plech papierom na pečenia a postriekajte olejom v spreji. Poukladať ružičky karfiolu na plech. Dbajte na to, aby neboli príliš blízko seba.
- 6 Ružičky bude potrebné piecť v rúre približne 40 minút. Na konci pečenia by mali byť chrumkavé.
- 7 Vyberte z rúry a podávajte ešte teplé. Kotányi odporúča podávať s čerstvým bylinkovým dipom pre dokonalý chuťový zážitok.

