

Rybí karbanátky

<https://www.varimesmarcelou.cz/rybi-karbanatky>

Rybí karbanátky jsou výborné k večeři, k svačině i na cesty. Jsou barevné, chutné a lehké jako vánek. Je škoda, že v české kotlině nejsou pokrmy z ryb příliš vyhledávané. Jasně vyhrává pečený bůček a ovarové koleno. Nic proti těmto dvěma pokrmům nemám, ale mám-li na výběr, dám si rybu.

Na přípravu 5-6 kusů rybích karbanátků budeme potřebovat

- 150 g toustového chleba (i s kůrkami)
- Nasekané jehličky [rozmarýnu](#) (asi čajovou lžičku)
- 150 g grilovaného nebo usmaženého [rybího masa](#) (ochuceného solí a citronovým pepřem)
- Kytičku nasekaného [kopru](#)
- 2 celá vejce
- 50 ml mléka
- ½ červené tenkostěnné papriky nakrájené na drobné kostičky
- 1 čajovou lžičku [sušeného česneku](#)
- Sůl dle volby každého (přidala jsem čajovou lžičku)
- Kuchyňský sekáček
- Pánev nebo plech na pečení
- Olivový olej (na každý karbanátek pár kapek před pečením)

Příprava **15 minut**

Tepelná úprava **30 minut v troubě zahřáté na 200 °C**

Náročnost **velmi snadné**

Postup přípravy rybích karbanátků

Do kuchyňského sekáčku natrháme toustový chléb, přidáme jehličky [rozmarýnu](#) a několika pulzy si připravíme strouhanku.

Grilované nebo opečené maso natrháme na menší kousky. Mám ráda tresku nebo mořského vlka, obě [ryby](#) nemají ty malé, titěrné kostičky.

Do mísy na zadělávání těsta nasypeme nadrcený toustový chléb, přidáme kousky tepelně opracované ryby, nasekaný [kopr](#), kostičky červené papriky.



V misce prošleháme obě syrová vajíčka s 50 ml mléka a přidáme je do mísy na zadělávání. Směs osolíme posypeme 1 čajovou lžičkou [sušeného česneku](#) a vše spojíme v jednolitou hmotu na [karbanátky](#). Ochutnáme, zda jsou dostatečně slané.

Směs na karbanátky rozdělíme na 5-6 částí, ze kterých v navlhčených dlaních vytvoříme karbanátky. Nyní máme na výběr, buď použijeme plech a papír na pečení nebo povrch pánve či plechu potřeme uzeným špekem.



Každý [karbanátek](#) lehce pokapeme pár kapkami olivového oleje. Plech či pánev vložíme do vyhřáté trouby na 200 °C a pečeme 30 minut.

Podáváme s bramborami, [zeleninovým salátem](#) či pečivem. Ani v jednom případě neuděláte chybu.

