Najpyszniejsze krewetki

Wskazówki

- Czas przygotowania: 10 minut
- 2 porcje
- Wartość odżywcza 1 porcji: 197 kcal \ B-28 g \ T-8 g \ W-3 g \ BŁ-1 g
- Wartość odżywcza 100 g krewetek: 111 kcal \ B-16 g \ T-5 g \ W-2 g \ BŁ-0 g

Składniki

- ✓ krewetki argentyńskie – 1 opak. (300 g)
- ✓ czosnek – 3 ząbki (15 g)
- ✓ płatki chilli – 1/2 łyżeczki
- ✓ pietruszka, natka – 2 łyżeczki (12 g)
- ✓ sok z cytryny – 2 łyżki (12 g)
- ✓ masło klarowane – 1 łyżka (15 g)

Przygotowanie

1. Krewetki oczyść, wymieszaj z przeciśniętym przez praskę czosnkiem i płatkami chili.

2. Na patelni rozgrzej masło, wrzuć krewetki i smaż z obu stron.

3. Skrop sokiem z cytryny, posyp natką pietruszki.

4. Dopraw solą i pieprzem do smaku.

5. Podaj z bagietką.

Źródło: https://www.odzywiajsiezdrowo.pl/najpyszniejsze-krewetki/