

# Květák v cornflakes s hořčičnou omáčkou

Časová náročnost: 40 minut

## Květák

1 ks	květák
	sůl
	hladká mouka
	vejce
	cornflakes (kukuřičné lupínky)
	olej na smažení



## Hořčičná omáčka

6 lžíce	plnotučná hořčice
1 lžíce	zakysaná smetana
1 lžíce	olivový olej
2 lžička	bylinkový ocet
1 stroužek	česnek
	sůl
	mletý bílý pepř

## Postup přípravy

Nejprve si připravíme hořčičnou omáčku: Smícháme hořčici, zakysanou smetanu, olivový olej, bylinkový ocet a prolisovaný česnek. Osolíme, opepříme mletým bílým pepřem a pečlivě promícháme. Dáme odležet do ledničky. Nyní se pustíme do přípravy smaženého květáku: Květák omyjeme a rozebereme na růžice. Dáme je do osolené vařící vody a necháme maximálně 4 minuty povařit (ne déle, jinak bude měkký a nebude jej možné obalit a smažit!). Vyndáme a necháme okapat. Poté květákové růžice obalujeme v hladké mouce, rozšlehaném vajíčku a rozdrcených cornflakes (místo strouhanky). Obalené kousky smažíme v rozpáleném oleji dozlatova. Položíme na savý ubrousek (abychom odstranili přebytečný tuk), přelijeme vychlazenou hořčičnou omáčkou a podáváme například s vařeným bramborem.

**Poznámka:** Vyzkoušejte také v kombinaci s naší **bramborovou kaší se smetanou**- recept naleznete [ZDE](#)