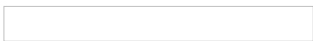


Baraní maso po írsku



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

279 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **9 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/barani-maso-po-irsku>

Příprava

Na masti speníme na drobno nakrájanú cibuľu, pridáme mäso nakrájané na menšie plátky a vyklepané, osolíme, trocha opečieme, pridáme cesnak, podlejeme a udusíme do polomäčka. Potom pridáme nakrájaný kel, očistené , umyté a na kocky pokrúpané zemiaky, dosolíme, okoreníme, podľa potreby ešte podlejeme a udusíme do mäčka. Podávame s čiernym domácim chlebom.

Ingredience

- 800 g vykošťeného beraního stehna
- 50 g tuku
- 2 cibule
- špetka soli
- 100 ml vývaru z beraních kostí
- 1 hlávka kelu (zelí)
- 300 g brambor
- troška pepře
- 4 stroužky česneku

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Labužník, Hlavní chod