

# Česneková omáčka s anglickou slaninou



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 3

**897** kalorií , **1 g** cukrů , **56 g** tuků , **34 g** bílkovin

**Autor:** JanaB

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/cesnekova-omacka-s-anglickou-slaninou>

## Příprava

Slaninu nakrájíme na nudličky a krátce na sucho osmahneme. Poprášíme moukou a chvíli mícháme. Poté zalijeme mlékem, přidáme Vegetu a na jemno nastrohané stroužky česneku. Promícháme a asi 10 minut povaříme. Na závěr vmícháme zakysanou smetanu, necháme přejít varem a odstavíme.

### Tip k receptu

Česnek jsem použila český. Podávala jsem s vařenou hovězí slabinou z vývaru.

## Ingredience

- 100 g plátkové anglické slaniny
- 8 stroužků česneku
- 500 ml plnotučného mléka
- 180 g zakysané smetany
- 2 lžičky Vegety Chuť jara
- 1 lžíce hladké mouky

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Rychlovka, Rodina, Omáčka

