

Chalupářské roštěnky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

392 kalorií , **0 g** cukrů , **38 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: Tatiana

Odkaz: <https://srecepty.cz/chaluparske-rostenky>

Příprava

Maso umyjeme a osušíme. Zlehka naklepeme, osolíme a obalíme v mouce smíchané s pepřem. Zprudka pečeme na oleji. Po cca 1 minutě z každé strany, roštěnky vyndáme a přidáme na pánev máslo. Na něm pak orestujeme cibulku a prolisovaný česnek. Zvolna pak roštěnky dopečeme na mírném plameni. Podáváme s pečivem.

Ingredience

- 4 hovězí roštěnky
- 2 střední nebo větší cibule
- 3 stroužky česneku
- drcený pepř
- sůl
- 2 lžíce másla
- 2 lžíce olivového oleje

Kategorie

Česká, Finančně náročnější, Maso, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

