

Čínské zázvorové maso



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 4

1093 kalorií , **0 g** cukrů , **83 g** tuků , **90 g** bílkovin

Autor: Mall

Odkaz: <https://srecepty.cz/cinske-zazvorove-maso>

Příprava

Maso ze svíčkové odblaníme a nakrájíme na tenké plátky a promícháme s vejcem, máčeným škrobem, strouhaným zázvorem, solí a necháme 20 minut marinovat. Pak maso vložíme do rozpáleného oleje, dobře promícháme a po chvílce přidáme pórek nakrájený na nudličky, cibuli a máčený zázvor. Chvilí restujeme, pak zalijeme mírně bujónem, ochutíme vínem, glutamanem sodným a solí. Mírně zahustíme máčeným škrobem a krátce podusíme. Hotový pokrm pokapeme olejem.

Ingredience

- 400 g hovězí svíčkové
- 1 vejce
- 1 lžičku máčeného škrobu
- 3 lžíce rostlinného oleje
- 1 pórek
- 1 malou cibuli
- 20 g strouhaného zázvoru
- 200 ml hovězího bujónu
- 1 lžíce bílého vína
- 1/2 lžičky glutamanu sodného
- sůl

Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Jídlo na každý den, Labužník, Hlavní chod