

Dračí dech



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

1573 kalorií , **7 g** cukrů , **116 g** tuků , **112 g** bílkovin

Autor: Jana Smidži

Odkaz: <https://srecepty.cz/draci-dech>

Příprava

Maso nakrájíme na nudličky, osolíme, opepříme, přidáme prolisovaný česnek, koření dračí dech a olej. Promícháme a necháme chvíli proležet (možno i přes noc). Mezitím si nakrájíme papriku na malé kousky, párek na kolečka, cibuli na nudličky a žampióny na plátky. Na rozpáleném oleji opečeme maso, po chvílce přidáme cibuli, papriku, párek a žampióny a orestujeme. Okmínujeme, přidáme sójovou omáčku, kečup a maličko podlijeme. Dusíme do měkka.

▫ Tip k receptu

Podáváme nejlépe s bramboráčky, ale lze i s brambory nebo rýží a samozřejmě se zeleninovou přílohou.



Ingredience

- 1/2 kg vepřové kýty (plecka)
- 3 žampióny
- 1 paprika (kapie)
- 1 cibule
- 3 stroužky česneku
- 1 párek
- sůl
- pepř
- 1 lžička koření dračí dech
- 1 lžička drceného kmínu
- 2-3 lžíce kečupu
- 1-2 lžíce sójové omáčky
- rostlinný olej

Kategorie

Výjimečný den, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Něco extra, Hlavní chod