

Dušená hovězí kližka s rajčetem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 40min
Celkový čas: 1h 50min , Porce: 2

351 kalorií , **0 g** cukrů , **28 g** tuků , **4 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/dusena-hovezi-klizka-s-rajcetem>

Příprava

Oloupanou a nadrobno nakrájenou cibuli usmažíme na oleji do růžova. Přidáme na plátky nakrájené, naklepané maso a dusíme ve vlastní šťávě. Po vydušení přidáme vegetu, pepř, nasekané stroužky česneku a nadrobno nakrájené rajče. Podlijeme vodou a dusíme dokud maso není měkké. Přidáme na malé kousky nakrájenou okurku, zahustíme moukou rozmíchanou ve studené vodě a provaříme.

Ingredience

- 4 menší plátky hovězí kližky
- 2 lžíce slunečnicového oleje
- 1 cibule
- 1 velké rajče
- 3 stroužky česneku
- 1 sterilovaná okurka
- 1 lžíce Vegety Chuť léta
- 1 vrchovatá lžíce hladké mouky
- 1/4 lžičky mletého pepře
- 2 dcl vody

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

