

Dušená mrkev - jinak



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 45min , Porce: 3

535 kalorií , 24 g cukrů , 33 g tuků , 6 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/dusena-mrkev-jinak>

Příprava

Mrkev očistíme a škrabkou na brambory naškrábeme na nudličky. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku. Poté vmícháme mrkev a krátce jí orestujeme. Podlijeme džusem a na povrch rozdrobíme bujón. Promícháme a jakmile se mrkev začne vařit, tak přiklopíme poklicí. Přikryté dusíme na mírném plameni 10 minut. Podáváme s vařenými šťouchanými brambory. Na talíři můžeme porce doplnit vařeným masem.

Ingredience

- ✓ 300 g mrkve
- ✓ 1 lžíce hladké mouky
- ✓ 40 g másla
- ✓ 1 kostka bujónu
- ✓ 150 ml jablečného džusu 50%

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo na každý den, Děti do 5 let, Rodina, Vegetarián, Příloha

