

Dušená mrkev s kedlubnou na smetaně



Obtížnost: □□□□□

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

76 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Pajunc

Odkaz: <https://srecepty.cz/dusena-mrkev-s-kedlubnou-na-smetane>

Příprava

Nejdříve si připravíme zeleninu - mrkve i kedlubny očistíme, mrkve nakrájíme na kolečka a kedlubny nastroháme. Poté nakrájíme jednu menší cibuli nadrobno. V hrnci rozpustíme máslo, přidáme kapku oleje a cibuli orestujeme (musíme ale dávat pozor, aby se nepřipálila). Poté přihodíme i mrkev a kedlubnu, přidáme lžici cukru a zarestujeme. Poté podlijeme vodou a dusíme doměkka. Dochutíme solí, pepřem a muškátovým oříškem. Je možné zahustit lžičkou solamylu rozmíchaného v troše vody. Nakonec přilijeme půl kelímku smetany.

Tip k receptu

Podáváme s vařeným bramborem a volským okem.



Ingredience

- 5 ks mrkve
- 2 ks kedlubny
- 1 ks cibule
- 100 ml sladké smetany
- 1 lžice cukru krystal
- 1 lžička solamylu
- 400 ml vody
- 1 špetka soli
- 1 špetka pepře
- 1 špetka muškátového ořechu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Zelenina, Rychlovka, Rodina