

Dušené čínské zelí se slaninou

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 20min , Porce: 4

410 kalorií , 0 g cukrů , 26 g tuků , 15 g bílkovin

Autor: Ajaja

Odkaz: <https://srecepty.cz/dusene-cinske-zeli-se-slaninou>

Příprava

Zelí nakrájíme na proužky. Cibuli nakrájíme nadrobno, slaninu na kostičky. Slaninu opečeme, přidáme k ní orestovat cibuli. Hotové přesuneme a uchovááme v teple. Na tuku ze slaniny a cibule krátce orestujeme čínské zelí (2 minutky postačí). Osolíme, opepříme, přidáme muškátový květ a přilijeme vývat. Podusíme další 2 minutky. Nakonec vložíme slaninu a cibuli, promícháme.

Ingredience

- 1 čínské zelí
- 1 cibule
- 1 lžíce sádla
- 10 dkg slaniny
- špetka soli
- špetka pepře
- 1 šálek vývaru
- špetka muškátového květu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Příloha