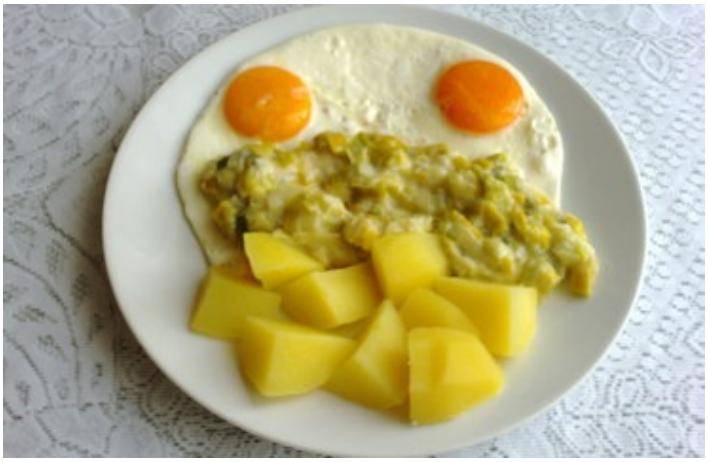
Dušený pórek



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 35min , Porce: **2**

295 kalorií , **5 g** cukrů , **15 g** tuků , **8 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: https://srecepty.cz/duseny-porek

Příprava

Pórek očistíme, odkrojíme tvrdší zelené části a nakrájíme na 1/2 cm plátky. V kastrolu rozehřejeme máslo, přidáme nakrájený pórek a osolíme. Dusíme pod poklicí na mírném plameni asi 20 minut, pokud možno bez podlévání. Ve studeném mléce rozmícháme hladkou mouku, přilijeme k pórku a chvíli povaříme. Dušený pórek ještě dochutíme solí a pepřem dle chuti.

Dušený pórek podáváme s vařenými brambory, volským okem nebo vařeným masem.

Ingredience

- 250 g pórku
- 1 plátek másla
- 100 ml plnotučného mléka
- mletý bílý pepř
- 1/2 lžičky soli
- 1/2 lžičky hladké mouky

Kategorie

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