

Flambované vepřové karé



Obtížnost:

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

1506 kalorií , **0 g** cukrů , **97 g** tuků , **147 g** bílkovin

Autor: Ellis

Odkaz: <https://srecepty.cz/flambovane-veprove-kare>

Příprava

Vepřové karé nejprve očistíme. Maso pak ze všech stran osolíme a opeříme podle chuti a obalíme v rozmarýnu. Ve velké pánvi rozpálíme 2 lžíce oleje a ochucené vepřové karé na něm ze všech stran zprudka opečeme. Potom snížíme intenzitu ohně a za stálého obracení ještě tak 15 minut opékáme. Poté maso vyjmeme a pečlivě ho zabalíme do alobalu a uschováme v troubě vyhřáté na 75°C. Mezitím oloupeme cibule a pokrájíme je na tenké kroužky. Omyjeme rovněž jablka, rozčtvrtíme, vyjmeme jadřince a pokrájíme na plátky. Zbývající olej rozpálíme v pánvi a jablka i cibuli na něm za stálého míchání asi 10 minut restujeme. Nakonec je osolíme a opeříme. Do pánve znovu vložíme vepřové karé, pokapeme ho calvadosem a za pomoci delší sirky zapálíme a flambujeme. Plamen za pomoci smetany uhasíme. Omáčku promícháme, necháme vzkypět, osolíme, opeříme. Můžeme podávat zdobené rozmarýnem.

Ingredience

- ✓ 700 g vepřového karé
- ✓ sůl a pepř dle chuti
- ✓ 1 lžíce sušeného rozmarýnu
- ✓ 3 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 2 cibule
- ✓ 2 velká kyselejší jablka
- ✓ 4 lžíce Kalvadosu
- ✓ 250 ml smetany ke šlehání

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Něco extra, Návštěva, Hlavní chod



Tip k receptu

Jako příloha se výborně hodí krokety. Maso lze nahradit i kuřecím, nebo krůtím.

