

Gruzínské skopové



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 55min , Porce: 4

624 kalorií , **3 g** cukrů , **7 g** tuků , **19 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/gruzinske-skopove>

Příprava

Skopovou kýtu omyjeme a nakrájíme na menší medailonky, naklepeme je, osolíme opepříme a potřeme česnekem po obou stranách. Poté je lehce obalíme v mouce a na rozpáleném tuku z obou stran dobře osmahneme. Vyndáme na talíř. Do výpeku dáme nadrobno nakrájenou cibuli a osmahneme dozlatova. Zaprášíme lžičkou mouky, promícháme a přidáme sklenku dobrého červeného - NE KRABICOVÉ víno, promícháme, zjemníme lžičkou másla a krátce povaříme. Podáváme maso, přelité naší omáčkou s opékanými bramborami nebo i jen tak s chlebem.



Ingredience

- 500 g skopové kýty
- špetka soli a pepře
- 3 stroužky česneku
- 150 g hladké mouky
- 100 g tuku
- 1 cibule
- 1 sklenka červeného vína
- 1 lžička másla

Kategorie

Obyčejný den, Gruzínská, Celoročně, Finančně nenáročné, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod