

Hovězí maso s kroupami a kapustou



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 20min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 6

2485 kalorií , 0 g cukrů , 132 g tuků , 102 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-maso-s-kroupami-a-kapustou>

Příprava

Na oleji speníme nadrobno pokrájanú cibuľu, pridáme na kocky pokrájané mäso a za občasného podlievania udusíme takmer do mäkka. Potom pridáme prebraté umyté krúpy a na drobno pokrájaný kel, osolíme, okoreníme, posypeme majoránom a rascou, premiešame a pomaly dodusíme do mäkka.



Tip k receptu

Kto ma rád cesnak, môže pridať do varenia 4-6 strúčikov popučeného cesnaku.

Ingredience

- ✓ 500 g hovézí klížky
- ✓ 250 g krup
- ✓ 1 cibule
- ✓ 400 g hlávkové kapusty
- ✓ 100 ml rostlinného oleje
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ troška pepře
- ✓ troška majoránky

Kategorie

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