

Hovězí plátky se smetanou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 5min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 3

87 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 3 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-platky-se-smetanou>

Příprava

Hovězí zadní maso nakrájíme na 3 plátky, které dobře naklepeme. V kastrolu rozpustíme máslo a plátky masa na něm z obou stran opečeme. Poté přidáme sůl, pepř, sojovou a worčestrovou omáčku. Maso přiklopíme a dusíme nejprve ve vlastní šťávě, poté podlijeme horkou vodou a za občasných zamíchání a podlévání dusíme do měkka. V troše studené vody rozmícháme hladkou mouku a omáčku zahustíme. Povaříme, dochutíme bujónem nebo solí a vše zjemníme smetanou. Hovězí plátky se smetanou podáváme s houskovým knedlíkem.

Ingredience

- 3 hovězí plátky po 100 g
- 1 plátek másla
- 1/2 lžičky soli
- 1/4 lžičky mletého černého pepře
- 1 lžička sojové omáčky
- 1/2 kostky bujónu
- 1 - 2 lžíce hladké mouky
- 250 ml smetany ke šlehání (šlehačka)
- 1 lžička worcesterské omáčky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

