Hovězí plátky se zelím a žampiony

Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 20min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: **3**

905 kalorií , **3 g** cukrů , **44 g** tuků , **17 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: https://srecepty.cz/hovezi-platky-se-zelim-a-zampiony

Příprava

Na oleji usmažíme dorůžova oloupanou a na drobno nakrájenou cibuli. Vložíme maso, osolíme, opepříme, podlijeme vodou a dusíme doměkka. Poté přidáme zelí a žampiony a ještě asi 15 minut podusíme. Zahustíme moukou rozmíchanou v troše studené vody a provaříme. Podáváme s vařenými brambory.

Ingredience

- 3 plátky hovězího masa
- 3 lžíce slunečnicového oleje
- 1 cibule
- 2 hrsti nakrájeného pekingského zelí
- 2 hrsti nakrájených žampionů
- sůl
- pepř
- hladká mouka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Houby, Maso, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod