

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 nenáročná, Houby, Maso, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

