

Hovězí roláda plněná anglickou slaninou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 1h 20min
Celkový čas: 1h 40min , Porce: 3

1741 kalorií , **1 g** cukrů , **75 g** tuků , **24 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-rolada-plnena-anglickou-slaninou>

Příprava

Plát masa rozklepeme a potřeme hořčicí. Oloupané a na jemno nastrouhané stroužky česneku smícháme s rozšlehaným, jemně osoleným vejcem a sušenou petrželkou. Plátky anglické slaniny touto směsí protáhneme a poskládáme na plát masa. Plát masa zavineme a zpevníme nití. V tlakovém hrnci na rozehřátém oleji masovou roládu osmahneme ze všech stran, podlijeme vodou a přidáme bujón. Dusíme do změknutí masa, poté roládu vyjmeme, odstraníme nit a nakrájíme na plátky. V trošce studené vody rozmícháme mouku, šťávu zahustíme a provaříme.

Ingredience

- 300 g hovězí plece
- 1 vrchovatá lžice francouzské zrnité hořčice
- 5 stroužků česneku
- špetka soli
- 1 vejce
- 1 lžička sušené petrželky
- 1 balení Ďábelského bujónu s chilli
- 2 lžice slunečnicového oleje
- 100 g nakrájené anglické slaniny
- 1 lžice hladké mouky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

