

Hovězí roláda plněná okurkou



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 2

677 kalorií , 0 g cukrů , 49 g tuků , 56 g bílkovin

Autor: JanaB

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

Příprava

Na rozklepaný plát masa naklademe okurky. Plát zatočíme do rolády a zajistíme nití. Roládu ze všech stran opečeme na oleji a podlijeme horkou vodou. Přidáme bujon, hořčici a dusíme. Měkkou roládu vyjmeme a šťávu z dušení zahustíme moukou rozmíchanou v trošce vody. Provaříme a odstavíme. Z rolády odstraníme nit a nakrájíme.



Tip k receptu

Jednoduchá příprava pro začátečníky. Kdo chce, může maso opepřit. Solit není třeba. Podáváme s rýží, brambory, nebo bramborovou kaší.



Ingredience

- ✓ 350 g hovězího zadního
- ✓ 2 větší sterilované okurky
- ✓ 1 vrchovatá lžička plnotučné hořčice
- ✓ 1 kostka hovězího bujónu
- ✓ 2 lžičky hladké mouky
- ✓ 1 lžíce slunečnicového oleje

Kategorie

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