Hovězí rolády (španělští ptáčci)

Obtížnost:

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 30min
Celkový čas: 2h 0min , Porce: **2**

1376 kalorií , **4 g** cukrů , **46 g** tuků , **62 g** bílkovin

Autor: Petra

Odkaz: https://srecepty.cz/hovezi-rolady-spanelsti-ptacci

Příprava

Dáme si uvařit vejce natvrdo. Roštěnky si omyjeme, osušíme a rozklepeme na tenké plátky. Osolíme je a opepříme a z jedné strany potřeme hořčicí. Uvařená vejce rozpůlíme a vložíme mezi ně cca centimetrový plátek vysočiny. Pak vejce se salámem zamotáme do roštěnky a ovážeme nití. Pořádně jej musíme uzavřít, aby se nám při přípravě maso neotevřelo. Celý smotaný kus roštěnky ještě obalíme v hladké mouce a orestujeme na rozehřátém tuku. Až je maso z každé strany opečeno, přidáme jen vývar a dusíme do měkka. Poté maso vyjmeme a vývar zahustíme.

Tip k receptu

Po vyjmutí masa, můžeme klidně ještě do omáčky přidat houby a ještě chvíli podusit. Pak zahustíme.

Ingredience

- 2 plátky hovězí roštěnky
- 2 lžíce hořčice dle vlastního výběru
- 2 vejce
- 5 dkg Vysočiny v celku
- sůl
- pepř
- 1 lžíce instantní tmavé jíšky
- hladká mouka na obalení
- 1 hovězího bujónu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod