

Hovězí roštěná na houbách



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 2

950 kalorií , **12 g** cukrů , **100 g** tuků , **1 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-rostena-na-houbach>

Příprava

Naklepané a osolené plátky roštěnky rychle opečeme na polovině oleje. Na zbylém oleji opražíme posekanou cibuli, přidáme pokrájené houby a trochu podusíme. Houby přiložíme k masu, poprášíme moukou, trochu opečeme, zalejeme zeleninovým vývarem, osolíme, okořeníme a dusíme doměkka. Nakonec přimícháme kečup a ještě krátce povaříme.

Tip k receptu

Roštěnky můžeme tímto způsobem připravovat i s jinými druhy hub.

Ingredience

- 4 plátky hovězí roštěnky
- 1 cibule
- 250 g Suchohřibů
- 100 ml rostlinného oleje
- 30 g hladké mouky
- 4 lžíce kečupu
- 300 ml zeleninového vývaru
- lžička soli
- troška kmínu
- troška pepře bílého

Kategorie

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

