

# Hovězí s teriyaki omáčkou



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 4

961 kalorií , 0 g cukrů , 54 g tuků , 106 g bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-s-teriyaki-omackou>

## Příprava

Hovězí svíčkovou nakrájíme na co nejtenčí plátky. Mrkev na tenké nudličky. V misce smícháme hotovou teriyaki omáčku s rajským protlakem, lisovaným česnekem a cukrem. Maso v této směsi spolu s mrkví marinujeme. V hluboké, nelépe wok pánvi, rozeřejeme olej celou směs zprudka osmahneme. Záleží na každém, jak má maso rád...budťo smažíme cca 8 minut nebo dokud nepovažujeme maso za hotové. Maso můžeme posypat kešu oříšky a jarní cibulkou.



### Tip k receptu

Je-li pro nás hovězí svíčková příliš nákladná, můžeme použít kuřecí prsa.

## Ingredience

- ✓ 500 g hovězí svíčkové
- ✓ 2 lžíce olivového oleje
- ✓ 1 lžíce hnědého cukru
- ✓ 2 mrkve
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 3 lžíce omáčky Teriyaki

## Kategorie

Výjimečný den, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Labužník, Hlavní chod