

Hovězí z trouby



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 30min
Celkový čas: 1h 40min , Porce: 6

1299 kalorií , **6 g** cukrů , **82 g** tuků , **124 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-z-trouby>

Příprava

Maso nakrájíme na plátky, naklepeme a osolíme. Maso naskládáme do skleněného pekáče, nebo pekáče s víkem. Zalijeme vodou ve které jsme rozmíchali kečup a hořčici. Přidáme oloupaný a na plátky nakrájený česnek, přikryjeme víkem a dusíme do změknutí masa. Dle potřeby podléváme. Poté šťávu zahustíme moukou rozmíchanou v troše studené vody a provaříme. Na závěr dochutíme solí.



Ingredience

- ✓ 800 g hovězího zadního
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ 2 lžíce kečupu s chilli
- ✓ 2 lžíce francouzské hořčice
- ✓ 1 - 2 lžíce hladké mouky
- ✓ 1 hlávka česneku

Kategorie

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