

Jehněčí kýta s brambory a fazolí

Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 12h 0min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 13h 0min , Porce: 4

1408 kalorií , 0 g cukrů , 5 g tuků , 83 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/jehneci-kyta-s-brambory-a-fazoli>

Příprava

Fazuľu preberieme, umyjeme a večer ju namočíme do studenej vody, aby zmäkla. Ráno ju uvaríme. Umyté mäso pokrájame na kocky a dáme na olej, na ktorom sme rozškvarili údený bôčik pokrájaný nadrobno a spenili cibuľu. Osolíme, okoreníme a za občasného podlievania horúcou vodou udusíme. Keď je už skoro celkom mäkké, pridáme pokrájané zemiaky, rozotretý cesnak, uvarenú fazuľu a dovaríme na miernom ohni.

Tip k receptu

Môžeme použiť aj mäso baranie ale potom by sa tepelná úprava predĺžila.

Ingredience

- 800 g jehněčí kýty
- 80 ml olivového oleje
- 80 g uzeného bůčku
- 1 cibule
- 250 g fazolí
- 3 stroužky česneku
- 1 lžička pepře bílého
- 250 g brambor
- 1 lžička soli

Kategorie

Diabetická, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod