

Jehněčí na mátě

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

271 kalorií , **0 g** cukrů , **22 g** tuků , **4 g** bílkovin

Autor: uschi3

Odkaz: <https://srecepty.cz/jehneci-na-mate>

Příprava

Maso očistíme, umyjeme a uděláme do něj nožem 2 cm zářezy. Prolisovaný česnek smícháme s hořčicí, olejem, šťávou z 1 citrónu a půlkou nasekané máty. Přes noc necháme maso marinovat. Na druhý den zbylý citrón nakrájíme na kolečka a vložíme je do zářezů masa. Maso vložíme do pekáčku a mírně podlijeme vodou. Přikryjeme alobalem, při 160°C pečeme 30 minut. Podléváme a poléváme šťávou. Upečené maso naporcujeme a ozdobíme mátou. Podáváme s opečenými brambory a zeleninou.

Ingredience

- 800 g jehněčího masa
- 4 stroužky česneku
- 1 lžíce kremžské hořčice
- 3 lžíce olivového oleje
- 2 citróny
- trochu soli
- trochu pepře
- 1/2 svazku máty peprné

Kategorie

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