

Krémová žampionovo-lišková omáčka



Obtížnost:

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 30min , Porce: 6

447 kalorií , 11 g cukrů , 7 g tuků , 17 g bílkovin

Autor: Marsylie

Odkaz: <https://srecepty.cz/kremova-zampionovo-liskova-omacka>

Příprava

Houby očistíme, nakrájíme, osolíme a přidáme kmín. Sádlo rozpustíme a houby restujeme do měkka 7 minut (sádlo dobu zkracuje).

Přidáme mouku, zalijeme vodou a necháme vařit 10 minut. Okořeníme solí, pepřem a polévkovým kořením. Mléko a smetany promícháme a za stálého míchání nalijeme do omáčky. Vaříme 7 minut. Odstavíme a vyšleháme pyré mixérem Mascha či ponorným mixérem do hladké krémové omáčky.

Ingredience

- ✓ 200 g žampionů
- ✓ 100 g Lišek obecných
- ✓ 1 lžíce sádla
- ✓ troška římského drceného kmínu
- ✓ 3 lžíce hladké mouky
- ✓ 600 ml vody
- ✓ 220 ml polotučného mléka
- ✓ 200 ml 12% sladké smetany
- ✓ 1 lžička tekutého polévkového koření
- ✓ 2 lžičky soli
- ✓ troška bílého pepře
- ✓ 100 g zakysané smetany

Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Houby, Vegetarián, Omáčka

