Krůtí stehna na divoko se smetanovou omáčkou

Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: **2**

540 kalorií , **3 g** cukrů , **3 g** tuků , **16 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: https://srecepty.cz/kruti-stehna-na-divoko-se-smetanovou-omackou

Příprava

Morčacie stehná prešpikujeme slaninou, až potom ich posolíme. Zvyšok slaniny pokrájame nadrobno, vyškvaríme a opražíme na nej ošúpanú a na kolieska pokrájanú cibuľu. Ihneď pridáme aj postrúhanú zeleninu a krátko popražíme. Vložíme mäso, podlejeme vývarom, pridáme koreniny a dusíme domäkka. Potom mäso vyberieme, šťavu zalejeme smotanou s rozšľahanou múkou a dôkladne prevaríme. Precedíme ju a dochutime octom alebo citrónovou šťavou a mäso dáme naspäť do omáčky prehriať.

Tip k receptu

Zeleninu s omáčky môžeme pred dovarením rozmixovať. Podávame s varenou tarhoňou.

Ingredience

- 2 krůtí stehna (cca po 250-300 gr)
- 80 g slaniny
- 1 větší cibule
- 1 kořen mrkve
- 1 kořenová petržel
- 100 g bulvového celeru
- 4 kuličky pepře
- 4 kuličky nového koření
- 1/2 lžičky tymiánu
- 2 bobkové listy
- 250 ml sladké smetany
- 1-2 lžíce hladké mouky
- cca 250 ml drůbežího vývaru na podléváni
- troška octa nebo citrónové šťávy

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod