

Ledvinky na smetaně s česnekem



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

173 kalorií , 0 g cukrů , 13 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/ledvinky-na-smetane-s-cesnekem>

Příprava

Středně velkou cibuli usmažíme do růžova na lžíci oleje, přidáme očištěné a nakrájené ledvinky a česnek nakrájený na plátky.

Dusíme pod pokličkou doměkka. Ochutíme bujónem a zahustíme polohrubou moukou, rozmíchané v troše studené vody. Povaříme, dosolíme a zjemníme smetanou.



Tip k receptu

Ledvinky jsou dobré i bez smetany okořeněné pepřem.

Ingredience

- ✓ 3 ledvinky
- ✓ 1 cibule
- ✓ 1 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 1 hlávka česneku
- ✓ 1 zeleninový bujón
- ✓ 3 lžičky polohrubé mouky
- ✓ 250 ml sladké smetany 10%

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

