

Máslový telecí řízek



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

992 kalorií , **1 g** cukrů , **54 g** tuků , **26 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/maslovy-teleci-rizek>

Příprava

Mäso zomelieme s namočenými žemľami, pridáme surové vajcia, petržlenovú vňať pokrýjanú na drobno, nastrúhanú citrónovú kôru a soľ a dobre premiešame. Z pripravenej masy tvoríme podlhovasté ploché rezne, ktoré opečieme na masle, najlepšie na panvici s teflonovým povrchom, podlejeme horúcou vodou, zahustíme múkou opraženou nasucho a rozmiešanou v studenej vode. Dusíme ešte asi 20 minút.



Tip k receptu

Do hotovej šťavy môžeme pridať čerstvé maslo.

Ingredience

- ✓ 600 g telecího mletého masa
- ✓ 50 g másla
- ✓ 2 vejce
- ✓ 2 housky
- ✓ 50 g hladké mouky
- ✓ 1 lžíce zelené petrželové nati
- ✓ troška citronové kůry
- ✓ sůl podle potřeby

Kategorie

Obyčejný den, Slovenská, Diabetická, Celoročně, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod