

Masová telecí pomazánka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 2

157 kalorií , **9 g** cukrů , **1 g** tuků , **4 g** bílkovin

Autor: Kantarina

Odkaz: <https://srecepty.cz/masova-teleci-pomazanka>

Příprava

Maso uvaříme. Trochu opraženou mouku rozředíme šťávou z udušeného masa a mlékem. Povaříme na kaši, přidáme kečup. Necháme mírně vychladnout, přidáme umleté nebo jemně nasekané maso a nasekanou petrželku. Promícháme a podáváme s pečivem.

Ingredience

- 200 g telecího masa z plecka
- 2 lžíce mléka
- 2 lžíce hladké mouky
- 3 lžíce petrželky
- 3 lžíce kečupu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Rychlovka, Rodina, Pomazánka