

Mexická pánev



Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

62847 kalorií , **12 g** cukrů , **6942 g** tuků , **162 g** bílkovin

Autor:

Odkaz: <https://srecepty.cz/mexicka-panev>

Příprava

Maso očistíme a nakrájíme na kostky. V kastrolu rozežřejeme olej a maso na něm zprudka osmahneme, přidáme cibuli, necháme lehce zesklivatět a podlijeme vývarem. Dusíme cca 30minut, přidáme na proužky nakrájené paprikové lusky, na plátky nakrájený oloupaný česnek, vložíme nakrájená rajčata, feferonky a dusíme dál za občasného podlévání vývarem doměkka. Fazole scedíme, propláchneme, necháme okapat a přidáme do hrnce. Lžící solamylu rozmícháme v troše studené vody a vmícháme do směsi. Necháme provařit dochutíme a podáváme.



Tip k receptu

Přílohou může být chléb, rýže nebo i brambory.

Ingredience

- ✓ 600 g hovězí klížky
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ 50 g oleje
- ✓ 300 g nadrobno nakrájené cibule
- ✓ 5 rajčat
- ✓ 3 pálivé paprikové lusky
- ✓ 2 sušené feferonky nebo chilli papričky
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ 500 ml masového vývaru z masoxu
- ✓ 1 lžíce Solamylu
- ✓ 300 g červených fazolí v konzervě

Kategorie

Mexická, Finančně náročnější, Maso, Exotika, Labužník, Hlavní chod