

Ohnivá krkovička



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

1886 kalorií , **1 g** cukrů , **173 g** tuků , **67 g** bílkovin

Autor: honzíček

Odkaz: <https://srecepty.cz/ohniva-krkovicka--2>

Příprava

Vepřovou krkovičku nakrájíme na plátky, naklepeme, osolíme, potřeme česnekem, olejem a necháme rozležet. Pak opečeme maso z obou stran na pánvi, přeložíme do pekáče s olejem, přidáme nakrájenou cibuli, česnek na plátky (4 stroužky), feferonku, zalijeme ostrým kečupem a šálkem vývaru. Dáme do trouby a zvolna dusíme do měkka zakryté poklicí, pečeme na 200°C.

Tip k receptu

Pokud pokrájíte feferonku i se semínky dostanete pikantnější chut.

Ingredience

- 500 g vepřové krkovice
- 8 stroužků česneku
- 1 cibule
- 1 feferonka
- 1 šálek masového vývaru
- ostrý kečup podle chuti
- podle chuti g sůl
- podle chuti g pepř
- 100 ml slunečnicového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Maso, Návštěva, Rodina, Hlavní chod

