

Pohanka s řepou a balkánem



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

741 kalorií , 0 g cukrů , 23 g tuků , 30 g bílkovin

Autor: Jana Langrová

Odkaz: <https://srecepty.cz/pohanka-s-repou-a-balkanem>

Příprava

Pohanku propereme, řepu oloupeme a nastrouháme. Vše dáme do hrnce a zalijeme červeným vínem, necháme odpařit a přilijeme vývar, vaříme do změknutí. Přebytnou vodu slijeme. Přidáme oregano a nastrouhaný sýr. Vše dobře promícháme.

Ingredience

- ✓ 150 g pohanky
- ✓ 1 ks řepy
- ✓ 100 g balkánského sýru
- ✓ 50 ml červeného vína
- ✓ 200 ml zeleninového vývaru
- ✓ 1 lžice oregana

Kategorie

Vegetariánská, Hlavní chod, Svačinka

