

Rajská omáčka na zelenině

Obtížnost: □□□□□

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

484 kalorií , 18 g cukrů , 10 g tuků , 10 g bílkovin

Autor: katka16031

Odkaz: <https://srecepty.cz/rajska-omacka-na-zelenine>

Příprava

Na tuku osmažíme očištěnou a na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu a nahrubo nakrájenou cibuli. Když je zeleninový základ stejnoměrně dozlatova osmažen, přisypeme hladkou mouku, osmahneme a vmícháme rajčatový protlak nebo opaná rozkrájená rajčata. Do základu přilijeme vývar, rozšleháme a přivedeme do varu. Omáčku okořeníme několika kuličkami pepře a nového koření, bobkovým listem a kouskem tence odkrojené citronové kůry. Vaříme zvolna asi 30 minut, potom omáčku ještě dochutíme cukrem, octem, solí a citronovou šťávou, krátce povaříme a nakonec přecedíme přes jemné sítko.

Ingredience

- 3 lžíce hladké mouky
- 3 lžíce ztuženého pokrmového tuku
- 100 g kořenové zeleniny (mrkev, celer, petržel)
- 1 malá cibule
- 500 g rajčat nebo 80 g protlaku
- cukr krupice
- rostlinný olej
- sůl
- několik kuliček pepře
- pár kuliček nového koření
- 1 bobkový list
- 1 citrón
- 5 dcl zeleninového vývaru
- ocet

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Zelenina, Jídlo na každý den, Děti do 5 let, Omáčka