

Rajská omáčka s karbenátkem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

2937 kalorií , **1 g** cukrů , **229 g** tuků , **97 g** bílkovin

Autor: Michaela Gatialova

Odkaz: <https://srecepty.cz/rajska-omacka-s-karbenatkem>

Příprava

Maso dáme do misky, přidáme vejce, strouhanku, 1 lžičku soli, pepř a dobře promícháme. Vytvoříme větší kuličky, splácneme je na silnější placky a osmažíme v pánvi na oleji dozlatova. Dáme okapat od tuku. Během smažení karbenátků si nakrájíme na kostičky cibuli a dáme do hrnce se slunečnicovým olejem, přidáme tři vrchovaté lžíce mouky a na mírném ohni smažíme asi 5 min. Až je zasmažka hotová, zmírníme teplotu, přimícháme protlaky a pomalu podléváme vařící vodou. Stále mícháme, podléváme a mícháme. Vodu přiléváme po troškách, aby se nám neudělali hrudky. Až máme všechnu vodu v hrnci a rozmícháno, přidáme zarovnanou lžičku soli, bobkové listy, nové koření a cukr. Povaříme asi pět minut a přecedíme omáčku do jiného hrnce, aby v ní nebyli kousky cibule a bobkový list. Omáčku ochutnáme a dochutíme jak kdo má rád. Nakonec přidáme do omáčky osmažené a okapané karbenátky.

Ingredience

- 500 g vepřového mletého masa
- 1 vejce
- 4 lžíce strouhanky
- 2 lžičky soli
- pepř
- 2 rajčatové protlaky
- 1 střední cibule
- 1/2 lžičky mletého nového koření
- 3 bobkové listy
- 3 lžíce hladké mouky
- 3 lžíce cukru krystalu
- rostlinný olej na smažení
- 2 lžíce slunečnicového oleje
- 1 l vařící vody

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod

Tip k receptu

Když chceme omáčku kyselější, přidáme trochu citrónové šťávy a naopak sladší, přidáme cukr.

