

# Smetanová játrová omáčka



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 45min , Porce: 4

**1717** kalorií , **0 g** cukrů , **124 g** tuků , **115 g** bílkovin

**Autor:** Jana Smidži

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/smetanova-jatrova-omacka>

## Příprava

200 g jater rozmixujeme. Na oleji zpěníme drobně nakrájenou cibuli, přidáme rozmixovaná játra a orestujeme, až změní barvu. Opepříme, okmínujeme a zalijeme vývarem. Dochutíme vegetou a chvíli povaříme (zhruba 15 minut). Pak osolíme a zahustíme smetanou, ve které jsme rozmíchali lžičku mouky. Zbytek jater nakrájíme na kousky, opečeme na pánvi na oleji, osolíme, opepříme a podáváme s omáčkou.



### Tip k receptu

Jako přílohu podáváme knedlíky, rýži nebo těstoviny.



## Ingredience

- ✓ 600 g vepřových nebo krůtích jater
- ✓ 1 cibule
- ✓ pepř
- ✓ drcený kmín
- ✓ drůbeží vývar
- ✓ 1 lžička vegety
- ✓ sůl
- ✓ 250 ml sladké smetany
- ✓ olej
- ✓ 1 lžička hladké mouky

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Klasika, Rychlovka, Hlavní chod