

# Španělský ptáček s rýží



Obtížnost:     

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 15min  
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

2055 kalorií , 0 g cukrů , 36 g tuků , 64 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/spanelsky-ptacek-s-ryzi>

## Příprava

Vejsce uvaříme natvrdo. Necháme vychladnout a rozčtvrtíme. Okurky podélně přepůlíme. Slaninu nakrájíme na čtyři špalíčky. Maso naklepeme, osolíme a opepříme z obou stran a z jedné strany potřeme hořčicí (jednu lžičku hořčice si necháme do omáčky). Na tuto stranu naskládáme špalíček slaniny, čtvrtinu vejce a polovinu okurky. Zarolujeme a zpevníme provázkem. Sádlo necháme rozpustit v hrnci a smažíme na něm cibuli nakrájenou najemno. Poté přidáme ptáčky a osmažíme je ze všech stran. Trochu podlijeme vodou a dusíme doměkka. Ptáčky vyjmeme a do omáčky přidáme lžičku hořčice a masox. Zahustíme moukou a deset minut povaříme. Poté rozmixujeme dohladka. Z ptáčků odstraníme nit a naskládáme je do pekáčku. Přelijeme omáčkou, přidáme lžičku másla a pečeme ještě 15 minut na 200°C. Podáváme s vařenou rýží.

## Ingredience

- ✓ 4 plátky hovězí roštěnky
- ✓ 1 vejce
- ✓ 2 sterilované okurky
- ✓ 1 kostka masoxu
- ✓ 2 cibule
- ✓ 60 g slaniny
- ✓ 400 g dlouhozrnné rýže
- ✓ 3 lžičky plnotučné hořčice
- ✓ 2 lžičky sádla
- ✓ 1 lžička másla
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ 1/2 lžičky pepře

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Obiloviny, těstoviny a rýže, Hlavní chod



### Tip k receptu

Můžeme použít také hovězí zadní.

