

Telecí maso v mrkvi



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 2

415 kalorií , **6 g** cukrů , **33 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: pink.verca

Odkaz: <https://srecepty.cz/teleci-maso-v-mrkvi>

Příprava

Máslo rozpustíme na pánvi, přidáme maso nakrájené na kostičky a osmahneme. Když se šťáva z masa vyduší, tak přidáme nadrobno nakrájenou cibuli a maso za stálého míchání osmahneme. Nyní zalijeme jednou naběračkou horké vody, osolíme a přiklopíme (občas promícháme). Po 15 minutách odklopíme, vydušíme šťávu, dokud nezůstane jenom tuk, a zaprášíme moukou. Lehce opražíme a přidáme opět trošku vody, dobře zamícháme a přidáme mrkev nakrájenou na kolečka. Směs přiklopíme a opět podusíme do měkka. Když maso i mrkev změkne, přilijeme smetanu.



Ingredience

- 20 dkg telecího masa z plecka
- 1 dkg hladké mouky
- 4 dkg másla
- 20 dkg mrkve
- špetka soli
- 1/2 cibule
- 3 lžíce smetany ke šlehání
- 1 sklenka vody

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod