Telecí plátky na víně

Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 5min , Porce: **4**

1650 kalorií , **23 g** cukrů , **32 g** tuků , **95 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: https://srecepty.cz/teleci-platky-na-vine

Příprava

Cibuľu nadrobno posekáme, cesnak prelisujeme a na 2 PL horúceho oleja krátko opečieme. Pridáme odkvapkanú fazuľu, očistené umyté rajčiaky a 10 min dusíme. Zalejeme vývarom a dusíme ďalších 10 min. Dochutíme soľou, korením a paprikou. Odložíme, udržujeme teple. Mäso umyjeme, osušíme, zľahka naklepeme a na zvyšku oleja postupne opečieme z oboch strán do mäkka. Osolíme, okoreníme. Plátky vyberieme. Výpek zalejeme vínom, citrónovou šťavou, osolíme, okoreníme a zjemníme maslom.

Tip k receptu

Podávame s ryžou, obložené fazuľou, rajčiakmi, poliate omáčkou a ozdobené citrónom a šalviou.

Ingredience

- 12 plátků telecí roštěné asi po 100 g
- 250 ml dezertního vína
- 50 ml olivového oleje
- 2 lžíce másla
- 2 cibule
- 4 stroužky česneku
- 350 g bílé sterilizované fazole
- 750 g menších rajčat
- 200 ml zeleninového vývaru
- troška mletého pepře
- 1 lžička mleté sladké papriky
- sůl podle potřeby
- 4 lžíce citronové šťávy
- 1 citrón na ozdobu
- 4 větvičky šalvěje

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Jídlo na každý den, Labužník, Hlavní chod