

Turecké telecí kotlety



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

791 kalorií , 10 g cukrů , 16 g tuků , 10 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/turecke-teleci-kotlety>

Příprava

Teľacie rezne naklepeme, okraje narežeme, posolíme a na rozpalenej masti sprudka z oboch strán opečieme. Vyberieme ich z masti a do nej dáme udusiť všetku zeleninu, ktorú sme pokrájali na tenké rezance, okrem rajčiakov. Napolo udusenú zeleninu pokladíme na rezne, navrch položíme tenké kolieska surových rajčiakov a zalejeme omáčkou, ktorú si pripravíme takto: Do rozpusteného masla zamiešame múku a soľ, zalejeme troškou studenej vody tak, aby sme dostali polohustú kašu a primiešame do nej žltok a kyslú smotanu. Obložené rezne poukladáme do vymastenej zapekacej misky, polejeme ich omáčkou a dáme dusiť do rúry. Občas polievame šťavou z mäsa alebo vývarom.



Tip k receptu

Podávame so zemiakovou kašou a kompótom.

Ingredience

- ✓ 600 g telecích kotlet
- ✓ 50 g sádla
- ✓ 100 g hlávkové kapusty
- ✓ 100 g mrkve
- ✓ 100 g celeru
- ✓ 100 g kedluben
- ✓ 150 g rajčat
- ✓ 20 g másla
- ✓ 20 g hladké mouky
- ✓ 100 ml zakysané smetany
- ✓ sůl podle potřeby
- ✓ 1 žloutek

Kategorie

Výjimečný den, Balkánská, Diabetická, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Labužník, Hlavní chod