

Vařené zelí s vepřovým masem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 50min , Porce: 1

148 kalorií , 0 g cukrů , 9 g tuků , 6 g bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: <https://srecepty.cz/varene-zeli-s-veprovym-masem>

Příprava

Zelí uvaříme ve vodě s masem, kmínem, pepřem a solí. Na tuku zpěníme cibulku s česnekem, zaprášíme moukou, zalijeme smetanou, vodou se zelím, popřípadě okyselíme a přisladíme a dobře povaříme. Do omáčky dáme zelí a podáváme s pokrájeným masem.

Ingredience

- 70 g bílého zelí nakrájené na nudličky
- 40 g vepřového masa
- 10 g cibule
- 5 g česneku
- 0,15 dcl smetany
- 5 g tuku
- 5 g hladké mouky
- troška kmínu
- špetka soli
- troška pepře
- troška octu
- 1 g cukru krupice

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Maso, Zelenina,
Hlavní chod

