

Vepřová kotleta rychlá



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 25min , Porce: 1

45 kalorií , 0 g cukrů , 4 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-kotleta-rychla>

Příprava

Nejprve si připravíme zálivku. Česnek oloupeme a nastrouháme, nebo prolisujeme. Dáme ho do malé misky se všemi dalšími ingrediencemi, zalijeme vodou a rozmícháme. Plátek vepřové kotlety omyjeme, osušíme, naklepeme, osolíme a opeříme. Na teflonovou pánev dáme trochu oleje, rozežřejeme a kotletu opečeme. Opečenou kotletu vyjmeme z pánve a dáme na přehřátý talíř. Pokud dáme více oleje na opečení, tak nyní jej z pánve slijeme. Do výpeku z kotlety nalijeme předem připravenou zálivku a za stálého míchání asi 15 vteřin povaříme. Hotovou zálivku přelijeme kotletu na talíři. Rychlou vepřovou kotletu podáváme s hranolky nebo opečenými brambory a tatarskou omáčkou. Další přílohy volíme dle chuti.

Ingredience

- ✓ 1 plátek vepřové kotlety
- ✓ 1 lžička slunečnicového oleje
- ✓ sůl dle potřeby
- ✓ mletý černý pepř
- ✓ Na políť - 1 stroužek česneku
- ✓ 1 špetka pepře
- ✓ 2 špetky mleté červené papriky
- ✓ 2 špetky soli
- ✓ 2 špetky bramborového škrobu
- ✓ nepatrně ostrého kečupu a plnotučné hořčice
- ✓ 1 - 2 lžíce studené vody
- ✓ 2 kapky sojové omáčky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Jídlo na každý den, Rychlovka, Návštěva, Rodina, Hlavní chod

