

Vepřová krkovička s kapií



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 55min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

1751 kalorií , **0 g** cukrů , **154 g** tuků , **87 g** bílkovin

Autor: JanaB

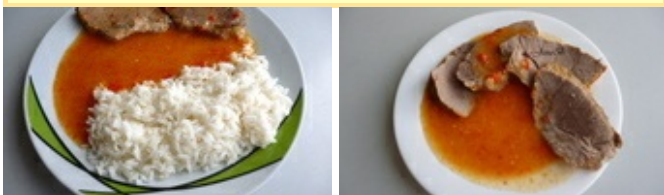
Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-krkovicka-s-kapii>

Příprava

Maso ponecháme vcelku, nebo rozkrojíme na polovinu. V tlakovém hrnci rozehřejeme olej, maso na něm ze všech stran opečeme, osolíme a podlijeme vodou. Hrncel uzavřeme a dusíme. Česnek oloupeme, kapii očistíme a s trochou vody na hrubo rozmixujeme. Rozmixovanou směs přidáme do hrnce k masu, dle potřeby ještě podlijeme vodou a maso podusíme do měkka. Měkké maso vyjmeme a nakrájíme na plátky. Šťávu z masa zahustíme polohrubou moukou rozmíchanou ve studené vodě. Na dochucení můžeme použít bujón, nebo sůl. Omáčku provaříme a odstavíme.

Tip k receptu

Podáváme s rýží nebo s vařenými brambory.



Ingredience

- 700 g vepřová krkovice bez kosti
- 3 lžíce slunečnicového oleje
- 4 stroužky česneku
- 1 lžička soli
- 1/2 kostky bujónu
- 1 červená kapie
- polohrubá mouka

Kategorie

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