

Vepřová kýta na šalvěji



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 25min , Porce: 2

617 kalorií , 0 g cukrů , 12 g tuků , 88 g bílkovin

Autor: Vera

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-kyta-na-salveji>

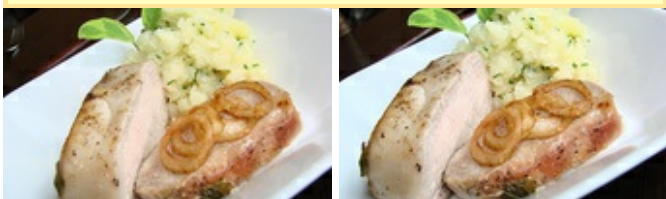
Příprava

Cibuli oloupeme a nakrájíme na silnější kolečka, která obalíme v mouce. Dozlatova pak kroužky osmahneme na oleji a necháme řádně okapat nebo je dáme na kuchyňské utěrky. Maso omyjeme, osušíme a nakrájíme na špalíčky cca 5x5x10 cm. Osolíme a opepříme. Na pánvi rozežřejeme olej a na něm krátce restujeme šalvěj. Pak maso na oleji se šalvějí opékáme. Dopékáme na slabším ohni. Podáváme s pečivem nebo brambory.



Tip k receptu

Pro mně je nejlepší dělat cibulové kroužky tak, že si vezmu sítko, vložím do něj cibuli a přidávám mouku a neustále to přehazuji až do té doby, než jsou kolečka stejnoměrně obalená a mouka nenadbývá.



Ingredience

- ✓ 1 střední cibule
- ✓ 3 lžíce hladké mouky
- ✓ 400 g vepřové kýty
- ✓ 4 snítky čerstvé šalvěje
- ✓ barevný pepř
- ✓ sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Štíhlá slečna, Hlavní chod