

# Vepřová minutka



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 35min , Porce: 4

242 kalorií , 1 g cukrů , 3 g tuků , 8 g bílkovin

Autor: uschi3

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-minutka>

## Příprava

Maso naklepáme, osolíme, opeříme, posypeme grilovacím kořením, z jedné strany potřeme hořčicí a posypeme moukou. Na rozpáleném oleji maso opražíme nejdřív z jedné strany (nepotřené), poté i z druhé strany a když třeba, podlijeme trochou vývaru nebo vody. Udusíme doměkka. Podáváme se zeleninou, chlebem nebo bramborami a tatarskou omáčkou.

## Ingredience

- ✓ 4 plátky vepřového masa
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře
- ✓ 4 lžíce hladké mouky
- ✓ 4 lžičky Dijonské hořčice
- ✓ špetka grilovacího koření



### Tip k receptu

Tatarku mám k minútkam rada, ale hodí sa aj napríklad kečup, alebo len poriadna porcia zeleniny. Klasickú chuť minútok môžeme ozvláštniť napríklad aj niektorou koreniacou zmesou Rossk. Treba skúsiť, ja nabudúce určite skúsím.

## Kategorie

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

