

Vepřová plec se šťávou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 1h 10min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

96 kalorií , **6 g** cukrů , **1 g** tuků , **11 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-plec-se-stavou>

Příprava

Maso nakrájíme na plátky a naklepeme. Česnek oloupeme a prolisujeme do misky. Přidáme kečup, hořčici, papriku, sůl, pepř a promícháme. Plátky masa potřeme vymíchanou směsí a vložíme do pečicího sáčku. Zalijeme 100 ml vody, maso promícháme a urovnáme. Sáček uzavřeme, dáme na plech, několikrát propíchneme jehlou a vložíme do předehřáté trouby. Pečeme asi 60 minut při 150°C, poté maso přelijeme do kastrolu. Šťávu můžeme nechat jen tak, nebo nastavit vodou a zahustit instantní jíškou. Vepřovou plec se šťávou podáváme s těstovinami.

Ingredience

- 600 g vepřové plece nebo 4 kotlety
- 2 lžíce sladkého kečupu
- 1 lžíce plnotučné hořčice
- 1 lžička mleté papriky
- 1/2 lžičky soli
- 1/4 lžičky mletého pepře
- 3 stroužky česneku
- 2 lžíce instantní tmavé jíšky
- 100 ml vody, sáček na pečení

Kategorie

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

