

Vepřová plec se žampióny a kapií



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 2

730 kalorií , 0 g cukrů , 27 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-plec-se-zampiony-a-kapii>

Příprava

Maso nakrájíme na plátky, osolíme, opepříme a opečeme z obou stran na oleji. Přidáme hořčici, bujon a podlijeme vodou. Žampióny očistíme, nakrájíme na plátky a kapii na nudličky. K téměř měkkému masu přidáme žampióny a kapii a dusíme do změknutí. Vše podle potřeby zahustíme škrobem rozmíchaným v troše studené vody a krátce povaříme. Podáváme s vařenou rýží.

Ingredience

- ✓ 200 g vepřové plece
- ✓ 2 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ sůl
- ✓ mletý černý pepř
- ✓ 1 lžička plnotučné hořčice
- ✓ 4 žampiony
- ✓ 1/4 ks červené kapie
- ✓ kukuřičný škrob
- ✓ 1/4 kostky bujónu

Kategorie

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

