

Vepřová plec v pórku s mrkví



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 3

1381 kalorií , 0 g cukrů , 137 g tuků , 40 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-plec-v-porku-s-mrkvi>

Příprava

Maso nakrájíme na plátky (naklepeme), nebo na kousky. Cibuli oloupeme a nakrájíme na drobno. Očištěný pórek nakrájíme na kolečka a oškrábanou mrkev nastrouháme na hrubo. Na rozehrátém oleji usmažíme cibuli do růžova, přidáme maso a přiklopíme poklicí. Po vydušení šťávy osolíme, nepatrně podle potřeby podlijeme vodou a maso udusíme do měkka. Poté přidáme pórek a mrkev a asi ještě 10 minut podusíme. Vše zahustíme jíškou a krátce povaříme. Na závěr dochutíme solí nebo bujónem a pepřem. Podáváme s vařenými brambory.

Ingredience

- ✓ 400 g vepřové plece
- ✓ 3 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 1 cibule
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ mletý černý pepř (lze vynechat)
- ✓ 1 pórek
- ✓ 1 větší mrkev
- ✓ 1/2 kostky bujónu (lze vynechat)
- ✓ 1 lžička instantní světlé jíšky

Kategorie

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

