

Vepřové dušené maso



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

1821 kalorií , **0 g** cukrů , **120 g** tuků , **50 g** bílkovin

Autor: Ellis

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprove-dusene-maso>

Příprava

Z vepřového masa nakrájíme plátky, které krátce opláchneme, osušíme, zlehka naklepeme, osolíme a zavineme do ruliček, které převážeme provázkem aby se neuvolnili. Na pánvi rozpálíme trochu sádla a závitky na něm ze všech stran dozlatova opečeme. Poté k masu přidáme nakrájenou a očištěnou mrkev, petržel a cibuli a vše ještě osmahneme. Masové závitky i zeleninu přemístíme do vyššího hrnce, zalijeme bujonem nebo vodou tak, aby maso bylo do poloviny ponořené. Přidáme celý pepř a papriku. Hrncem zakryjeme a necháme na mírném ohni dusit. Asi 15-20 minut před koncem přidáme bobkový list. Když je maso měkké, vytáhneme jej a před další přípravou si jej odložíme na teplé místo. Z vývaru který zůstal připravíme omáčku. Přidáme rajčatový protlak a mouku, metlou na šlehání nebo v mixéru vše důkladně rozšleháme, aby nezůstaly hrudky. Na mírném ohni ještě asi 30 minut povaříme a na závěr dle chuti dosolíme. Přepasírujeme přes síto zeleninu i omáčku a podáváme s masovými závitkami.

Ingredience

- ✓ 500 g vepřového masa
- ✓ 2 celé mrkve
- ✓ 2 cibule
- ✓ 1 petržel
- ✓ 50 g sádla
- ✓ 50 g rajčatového protlaku
- ✓ 50 g pšeničné mouky
- ✓ 2 červené nepálivé papriky
- ✓ 5 kuliček celého černého pepře
- ✓ trocha bobkového listu
- ✓ sůl dle chuti

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod