

Vepřové ledvinky s hlívou



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

728 kalorií , 0 g cukrů , 43 g tuků , 70 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprove-ledvinky-s-hlívou>

Příprava

Ledvinky opláchneme pod tekoucí vodou. Rozřízneme je na polovinu a vykrojíme nežádoucí vnitřek. Nakrájíme je na kousky, opět opláchneme a necháme okapat. Oloupeme cibuli a nakrájíme omytou hlívu nadrobno. Cibuli nakrájíme najemno a usmažíme na oleji do lehkého zrudnutí a na ní dáme ledvinky a hlívu. Dusíme 30 - 45 minut, až jsou ledvinky měkké. Není nutné podlévat, ledvinky a hlíva pustí vodu, občas zamícháme. Zahustíme dle potřeby množstvím šťávy hladkou moukou rozmíchanou ve vodě, povaříme. Dochutíme sojovou omáčkou, přidáme bujón, nebo osolíme. Podáváme s rýží nebo houskovým knedlíkem.

Ingredience

- ✓ 40 dkg ledvinek
- ✓ 30 dkg hlívy ústříčné
- ✓ 1 větší cibule
- ✓ 1 - 2 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 1 lžička sojové omáčky
- ✓ 2 špetky kmínu
- ✓ 2 špetky mletého pepře
- ✓ 1 kostka zeleninového bujónu

Kategorie

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

