

Vepřové plátky ve fazolkové omáčce



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 55min , Porce: 4

176 kalorií , 1 g cukrů , 2 g tuků , 5 g bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprove-platky-ve-fazolkove-omacce>

Příprava

Maso nakrájíme na větší kousky, osolíme, opeříme a na rozehřátém oleji osmahneme. Přisypeme nadrobno nakrájenou cibuli a ještě chvíli restujeme, až je cibule sklovitá. Zalijeme horkou vodou nebo vývarem a pod pokličkou dusíme, až je maso poloměkké. Pak přidáme fazolové lusky zbavené stopek a nakrájené na menší kousky a stroužky česneku nasekané na plátky. Vše necháme dodusit doměkka. Pak zahustíme hladkou moukou rozmíchanou v troše studené vody a dobře provaříme. Nakonec zjemníme smetanou, dochutíme solí a pepřem a můžeme vypnout. Na talíři ke každé porci přidáme půl vařeného vejce. Podáváme s vařeným bramborem.

Ingredience

- ✓ 400 g vepřové kýty
- ✓ olej
- ✓ sůl a pepř podle chuti
- ✓ 1 cibule
- ✓ 400 g fazolek (zelených fazolových lusků)
- ✓ 2-3 lžíce hladké mouky
- ✓ 150 ml smetany
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 2 natvrdo uvařená vejce

Kategorie

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

