Vepřové s brokolicí a smetanou

Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 20min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: **3**

689 kalorií , **2 g** cukrů , **1 g** tuků , **5 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: https://srecepty.cz/veprove-s-brokolici-a-smetanou

Příprava

Omyté a na kostky nakrájené maso opékáme na másle na mírném plameni tak dlouho, dokud nezačne trochu červenat. Podlijeme vodou, přidáme bujón a maso dusíme do měkka. Sýr nastrouháme na jemno. V troše vody rozmícháme mouku a omáčku zahustíme. Přidáme brokolici rozebranou na malé kousky a vše vaříme asi 5 minut. Vmícháme nastrouhaný sýr, smetanu a krátce povaříme. Podáváme s vařenými těstovinami.

Ingredience

- 1cm plátek másla
- 100 g brokolice
- 1 bujón
- hladká mouka
- 50 g tvrdého sýra
- 250 ml smetany ke šlehání
- sůl
- 250 g vepřové plece

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Maso, Mléčné výrobky a vejce , Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod