

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

- ✓ 1 cm 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 nenáročná, Maso, Mléčné výrobky a vejce , Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

