

Vepřové steaky s plackou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

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

1431 kalorií , **1 g** cukrů , **15 g** tuků , **47 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprove-steaky-s-plackou>

Příprava

Z preosiatej múky, vajec a trochu vody zamiesime tuhšie rezancové cesto. Vyvaľkáme na tenké placky a nasucho opečieme z oboch strán. Udržujeme teplé. Mäso umyjeme, osušíme a pokrájame na 4 hrubšie plátky. Zľahka naklepeme a natrieme olejom. Na 10 min odložíme. Opekáme na rozhorúčenom oleji z každej strany 8-10 min. Osolíme, okoreníme. Red'kovky a papriku očistíme, umyjeme a pokrájame, red'kovku na plátky, papriku na rezance. Očistenú cibuľu a cesnak najemno pokrájame. Petržlenovú vňať posekáme. Cesnak s cibuľou, vňaťou, soľou, korením a octom vymiešame s 2 PL oleja, Rozdelíme do 2 misiek. Do jednej dáme red'kovku a do druhej papriku.



Tip k receptu

Steaky podávame obložené zeleninou a opečenou plackou.



Ingredience

- ✓ 4 plátky vepřového karé (po cca 200 g)
- ✓ 50 ml olivového oleje
- ✓ 1 větší cibule
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ 1 svazek ředkviček
- ✓ 2 červené papriky
- ✓ svazek zelené petrželové natě
- ✓ sůl a pepř podle potřeby
- ✓ 2-3 lžíce vinného octa
- ✓ 350 g polohrubé mouky
- ✓ 2 vejce
- ✓ trošku vody na těsto

Kategorie

Výjimečný den, Slovenská, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Labužník, Hlavní chod