

Vepřový kotlet s paprikou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 3

313 kalorií , 6 g cukrů , 31 g tuků , 9 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprovy-kotlet-s-paprikou>

Příprava

Zeleninu očistíme a nakrájíme na plátky. Spařená a oloupaná rajčata nakrájíme na kostičky. Kotlety naklepeme, osolíme, opeříme a pokapeme sojovou a worčesterovou omáčkou. Na 2 lžících oleje opečeme maso z jedné strany, obrátíme a přidáme nakrájenou cibuli a česnek. Po opečení nasypeme do pánve nakrájenou zeleninu a přiklopíme. Ve 2 lžících vody rozmícháme hořčici a kečup a směsí zalijeme maso. Pod poklicí dusíme asi 15 minut, poté odklopíme a necháme ještě chvíli vařit, aby se nám odpařila přebytečná tekutina. Vepřový kotlet s paprikou podáváme s hranolky a tatarskou omáčkou.

Ingredience

- ✓ 3 plátky vepřové kotlety
- ✓ 2 barevné papriky
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ 1 cibule
- ✓ 2 rajčata
- ✓ 2 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ sůl
- ✓ mletý černý pepř
- ✓ 1 lžíce plnotučné hořčice
- ✓ 2 lžíce kečupu
- ✓ worčesterská omáčka
- ✓ sojová omáčka

Kategorie

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

