

Vývar s mletým masem

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

600 kalorií , **1 g** cukrů , **30 g** tuků , **66 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/vyvar-s-mletym-masem>

Příprava

Rozpustíme v hrnci máslo, přidáme mouku a uděláme jíšku. Poté zalijeme vývarem, osolíme, přidáme mleté maso, cibuli a povaříme. V mléce rozmícháme žloutky a přilijeme do polévky, když je maso měkké. Krátce povaříme. Podáváme posypané najemno nakrájenou pažitkou.

Ingredience

- 300 g hovězího mletého masa
- 1,5 l hovězího vývaru
- 1 cibule
- 20 g tuku
- 20 g hladké mouky
- 2 dcl mléka
- 2 žloutky
- špetka pepře
- špetka soli
- 2 lžíce najemno nakrájené pažitky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Něco extra, Rodina, Polévka