

# Zapečený krutí řízek s ananasem



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 45min  
Celkový čas: 55min , Porce: 6

978 kalorií , 11 g cukrů , 79 g tuků , 53 g bílkovin

Autor: LUSYLIE

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapeceny-kruti-rizek-s-ananasem>

## Příprava

Krutí řízky očistíme a nakrájíme na plátky. Osolíme a opeříme. Necháme po obou stranách "zatáhnout " na rozpáleném oleji s máslem na pánvi. Hustou smetanu smícháme s kari kečupem, solí a pepřem. Konzervu ananasu slijeme (kostičky). Řízky přendáme do pekáče i s výpečkem a posypeme kostičkami ananasu. Přelijeme ochucenou smetanou. Pečeme v troubě cca 35 minut při 160 °C. Na závěr můžeme přidáme strouhaný sýr a pečeme ještě 10 minut.



### Tip k receptu

Můžete přidat lžičku medu tím docílíme sladko - kořeněné chuti.

## Ingredience

- ✓ 4 krutí stehenní řízky
- ✓ 1 konzerva ananasu
- ✓ 2 šálky husté smetany
- ✓ 4 lžíce kari kečupu
- ✓ troška sůl
- ✓ troška bílého pepře
- ✓ 3 lžíce rostlinného oleje
- ✓ 200 g strouhaného sýru
- ✓ 1 lžíce másla

## Kategorie

Svátek matek, Výjimečný den, Obyčejný den, Celoročně, Drůbež a králík, Maso, Ovoce, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

