

Španielsky vtáčik

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 120 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Hovädzie mäso odblaníme a nakrájame na tenké plátky. Plátky mäsa dobre naklepeme, ale len tak, aby sme do nich neurobili diery. Čím lepšie je mäso naklepané, tým menej ho treba dusiť. Naklepané plátky mäsa osolíme a okoreníme. Vajíčka uvaríme v osolenej vode natvrdo, vychladíme ich a dve nakrájame na štvrtiny. Sterilizované uhorky nakrájame na polovice. Plátky mäsa potrieme horčicou a na každý položíme plátok anglickej slaniny. Doprostred plátku položíme vajce, uhorku a plátky mäsa zvinieme. Pomocou kuchynskej nite plátky dobre omotáme a zviažeme hlavne konce, aby nám náplň „neutiekla“. Cibuľu olúpeme a nakrájame nadrobno. Rozohrejeme tuk, na ktorom orestujeme cibuľu. Do zlatistej cibule vložíme vtáčiky a zo všetkých strán ich opekáme. Medzitým si v rýchlovarnej kanvici uvaríme vodu podľa množstva mäsa a nalejeme ju do hrnca na kocku bujónu a dobre metličkami rozmiešame. Vzniknutý vývar nalejeme na opečené španielske vtáčiky, zamiešame a prikryté pokrievkou za občasného premiešania necháme asi 90 – 120 minút dusiť. Vtáčiky vyberieme a udržujeme teplé. Do omáčky pridáme vajcia aj uhorky a prehrejeme ju. Vo vode si metličkami rozmiešame múku, soľ aj čierne korenie a cestíčko nalejeme do omáčky. Prilejeme nálev z uhoriek a za občasného miešania omáčku 20 minút prevaríme. Podľa chuti prisolíme alebo dokoreníme a vrátime prehriať vtáčiky zbavené nití.

Ingrediencie

- **JIZERKA - prirodzene bezlepková zmes univerzálna 1000 g** - 20 g
- **Horčica plnotučná 450 g** - 20 g
- **Váhalova slanina** - 20 g
- **Cibuľa voľná** - 50 g
- **Hovädzie zadné** - 200 g
- **Olej repkový** - 10 g
- **Vajcia** - 100 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Kyslé uhorky** - 50 g
- **Jedlá soľ** - 2 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

