

Hovädzie na korení

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 1 hodina

Bez lepku

Postup prípravy

Na tuku osmažíme cibuľku, pridáme nakrájané hovädzie mäso na kocky, osolíme, pridáme drvené čierne korenie, podlejeme vodou a dusíme tridsať minút. Mäso podlievame vodou. Šťavu vydusíme na tuk, pridáme múku, dobre rozmiešame a mäso dusíme domäkka.

Ingrediencie

- **Ryžová múka 200 g** - 40 g
- **Cibuľa voľná** - 120 g
- **Bio hovädzie predné** - 400 g
- **Pitná voda nesýtená** - 480 g
- **Olej repkový** - 50 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Jedlá soľ** - 12 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

