

Mleté guľky s bylinkovým lečom

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 45 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Hovädzie mäso pomelieme, okoreníme, dobre premiešame s vajíčkom, pridáme hladkú múku, strúhanku a vytvoríme guľky, ktoré pečieme na panvici alebo v rúre. Potom si pripravíme omáčku: cibuľu nakrájame nadrobno, ľahko orestujeme na oleji, pridáme paradajkový pretlak, kečup a restujeme na miernom ohni dovtedy, kým základ nebude kyslastý, potom pridáme nadržnuté bylinky, ochutíme soľou a cukrom. Nakoniec do omáčky pridáme zeleninovú zmes a drvené lúpané paradajky. Celé spolu krátko prevaríme. Upečené guľky servírujeme s omáčkou.

Ingrediencie

- **Kukuričná strúhanka 200 g** - 80 g
- **Ryžová múka 200 g** - 40 g
- **Paradajkový pretlak 200 g** - 15 g
- **Kečup jemný 450 g** - 40 g
- **Cibuľa voľná** - 160 g
- **Paradajky** - 200 g
- **Cukor kryštál** - 20 g
- **Olej repkový** - 20 g
- **Vajcia** - 50 g
- **Mleté čierne korenie** - 3 g
- **Tymián** - 3 g
- **Rozmarín** - 4 g
- **Zeleninové lečo** - 350 g
- **Hovädzie predné** - 500 g
- **Jedlá soľ** - 7 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

