

Štiplavé hovädzie rezančky

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 1 hodina

Bez lepku

Postup prípravy

Hovädzie mäso nakrájajte na rezančky. Vo väčšej panvici rozpáľte olej, nasypťte naň pokrájané mäso a sprudka opečte. Potom pridajte nakrájané čili papričky. Mäso osol'te, okoreňte, zalejte kečupom a vodou a nechajte chvíľu dusiť. Počas dusenia mäso podlievajte malým množstvom vlažnej vody a stále miešajte. Po tom, ako mäso zmäkne, pridajte zelenú fazuľku, nakrájané šampiňóny, papriku, cibuľu, pór a zmes nechajte krátko podusiť. Hotovú zmes podľa chuti prisol'te, posypte nasekaným kučeravým petržlenom a podávajte s dusenou ryžou.

Ingrediencie

- **Kečup jemný** 320 g - 20 g
- **Cibuľa voľná** - 40 g
- **Paprika červená** - 60 g
- **Pór** - 60 g
- **Paprika červená chilli** - 5 g
- **Šampiňóny záhradné** - 100 g
- **Pitná voda nesýtená** - 100 g
- **Olej slnečnicový** - 30 g
- **Mleté čierne korenie** - 3 g
- **Hovädzie predné** - 500 g
- **Zelené fazuľové struky** - 150 g
- **Jedlá soľ** - 5 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

