

# Bravčové v keli

**Počet porcií:** 4

**Čas prípravy:** 1 hodina

**Bez lepku**

## Postup prípravy

Bravčové mäso nakrájame na kúsky. Ošúpanú cibuľu nakrájame a opražíme na oleji doružova. Pridáme mäso, opražíme ho, pridáme soľ, čierne korenie a podlejeme teplou vodou. Dusíme do polomäčka. Kel očistíme, zbavíme hlúbu, opláchneme, nakrájame na kocky a sparíme vo vriacej vode. Polomäkké mäso vydusíme na tuk, poprášime múkou, opražíme, zalejeme vlažnou vodou, dobre rozmiešame a varíme. Pridáme sparený kel, rozotrený cesnak so soľou a pri občasnom miešaní dodusíme domäčka.

## Ingrediencie

- **Bezlepková múka Nomix 500 g** - 20 g
- **Cibuľa voľná** - 80 g
- **Cesnak** - 6 g
- **Bravčové mäso (kotlety)** - 400 g
- **Olej repkový** - 45 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Kel** - 480 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

**CELIATICA.SK**

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

