

Moravský vrabec s červenou kapustou

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 80 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Bôčik aj mäso nakrájame na kúsky, vložíme do pekáča, mierne osolíme, posypeme rascou, cibuľou nakrájanou na plátky, cesnakom posekaným nadrobno, podlejeme trochou vody a upečieme domäčka pri občasnom prelievaní výpekcom a podlievaní vodou. Upečené mäso vyberieme, výpek vydusíme na tuk, poprášime múkou, opražíme, rozriedime vodou, rozmiešame a vzniknutú šťavu varíme aspoň 20 minút. Ku koncu varu ju dosolíme a nakoniec precedíme a krátko prevaríme.

Ingredienencie

- **Bezlepková múka Nomix** 500 g - 10 g
- **Cibuľa voľná** - 80 g
- **Kapusta biele** - 400 g
- **Cesnak** - 8 g
- **Bravčové pliecko** - 250 g
- **Bravčový bôčik** - 250 g
- **Rasca** - 1 g
- **Jedlá soľ** - 8 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

