

Chlieb s hovädzím mäsom a omáčkou aioli

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 15 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Hovädzie mäso dáme spolu s rajčinou (na plátky), šampiňónmi (4 ks), cuketami (2 malé rozrezané podĺžne na polovicu), olivovým olejom (3 PL) a citrónovou šťavou (2 PL) do misy, okoreníme a dobre premiešame. Najskôr na panvici na oleji 3 - 4 minúty opečieme hovädzie mäso, potom pridáme rajčinu, šampiňóny a cukety. Zeleninu opekáme, kým trochu nezhnedne. Nasekaný strúčik cesnaku zmiešame s majonézou (5 PL). Umyjeme a usušíme rukolu. Chlieb (4 krajce) natrieme cesnakovou majonézou. Položíme naň rukolu, potom vrstvu hovädzieho mäsa so zeleninou. Na to položíme druhý krajec chleba.

Ingrediencie

- **Vegan Mayo 250 g** - 50 g
- **Bezgluténové chleby - svetlý 360 g** - 40 g
- **Cuketa** - 150 g
- **Paradajky** - 80 g
- **Cesnak** - 2 g
- **Citróny** - 20 g
- **Rukola praná** - 100 g
- **Olivový olej** - 36 g
- **Šampiňóny záhradné** - 40 g
- **Hovädzie zadné** - 200 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Jedlá soľ** - 2 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

