

Vařený hovězí kotlík

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 120 minut

Postup přípravy

Hovězí přední s kostí dáme do vody (cca 1,5l) s veškerým kořením, bylinkami, celou cibulí, rajčaty a česnekem na plátky vařit jako polévku. Po hodině přidáme očištěnou kořenovou zeleninu a pórek. Až maso a zelenina změkne, vše vyjmeme nakrájíme na libovolné kusy a vložíme zpět do vývaru. Výsledný produkt by měla být hustá polévka plná zeleniny a masa.

Ingredience

- **Cibule volná** - 20 g
- **Mrkev** - 50 g
- **Pórek** - 50 g
- **Rajčata** - 50 g
- **Česnek** - 10 g
- **Petržel** - 60 g
- **Celer** - 50 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Petrželová nať** - 10 g
- **Zázvor čerstvý** - 10 g
- **Tymián čerstvý** - 10 g
- **Hovězí přední** - 190 g
- **Nové koření celé 30 g** - 5 g
- **Libeček drcený** - 5 g
- **Bobkový list 5 g** - 0.4 g
- **Pepř černý celý 20 g** - 5 g
- **Kari 25 g** - 10 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

