

Jehněčí kýta na víně

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 60 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Kýtu odebíjíme, potřeme česnekem, pepřem, solí a libečkem. Položíme na vymazaný pekáč, podlijeme a dáme do předehřáté trouby zapéct. Na oleji osmahneme na kostičky nakrájenou cibuli, přidáme nakrájené žampiony, dokořeníme a podusíme. Nivu rozmačkáme vidličkou, přidáme 1/3 jogurtu, vína a umícháme hustou pastu. Po 30 minutách pečení kýtu potřeme polovinou pasty a do kastrolu přidáme žampiony, další 1/3 jogurtu a vína. Po dalších 5 minutách maso potřeme druhou polovinou pasty. Zbýlý jogurt smícháme se škrobem, přidáme k masu a dopečeme. Na závěr posypeme pažitkou.

Ingredience

- **Cibule volná** - 60 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Pažitka** - 4 g
- **Chardonnay pozdní sběr víno polosuché bílé 0,75 l** - 200 g
- **Žampion zahradní 500 g** - 200 g
- **Jihočeská Niva 50 % 110 g** - 100 g
- **Bílý jogurt z Valašska 3% 150 g** - 200 g
- **Česnek sušený granulovaný 25 g** - 16 g
- **Libeček 10 g** - 4 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 4 g
- **Kukuřičný škrob, bez lepku 200 g** - 15 g
- **Olej slunečnicový** - 60 g
- **Jehněčí kotleta s kostí** - 400 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

