

Dušené telecí s brokolicí

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 50-60 minut

Postup přípravy

Nakrájené telecí maso orestujeme s kapkou oleje. Podlijeme vodou, osolíme, okořeníme rozdrceným pepřem a dusíme doměkka. Poté přidáme na kousky rozdělenou brokolici a společně krátce povaříme. Mezitím si připravíme vývar (1 ks bujónu), do kterého vmícháme nasucho opraženou mouku a dohladka promícháme. Přidáme k masu a necháme projít varem. Zdobíme čerstvě nasekanou petrželovou natí.

Ingredience

- **Brokolice** - 130 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Petrželová nať** - 10 g
- **Kuřecí bujón** - 20 g
- **Pepř čtyř barev celý** 16 g - 1 g
- **Telecí maso** 550 g - 200 g
- **ARAX Mouka jáhlová hladká** 300 g - 12 g

