

# Carbonnade a lá Flamande



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 2h 30min  
Celkový čas: 2h 45min , Porce: 4

**1937** kalorií , **15 g** cukrů , **147 g** tuků , **133 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/carbonnade-a-la-flamande>

## Příprava

Maso nakrájíme na kostky, osolíme, opepříme a osmažíme na oleji dohněda. Dáme stranou. Slaninu nakrájíme na kostičky a také ji osmažíme. Poté ji dáme k masu. Cibuli nakrájíme na kostičky a 15 minut ji opékáme na výpeku ze slaniny. Poté zasypeme cukrem a necháme zkaramelizovat. Zasypeme moukou a přidáme maso a slaninu. Zalijeme pivem a troškou vývaru, přidáme bobkový list a dusíme 2 hodiny. Podáváme ozdobené tymiánem a nahrubo namletým barevným pepřem.

### Tip k receptu

Skvělé jídlo pro muže.

## Ingredience

- 800 g hovězího zadního masa
- 2 lžíce slunečnicového oleje
- 1 lžičku soli
- 1/2 lžičky pepře
- 100 g anglické slaniny
- 3 cibule
- 1 lžíci třtinového cukru
- 1 lžíci hladké mouky
- 750 ml černého piva
- trošku zeleninového vývaru
- kapku plnotučné hořčice
- 1/2 lžičky tymiánu (Mateřídouška obecná)
- 2 ks bobkového listu
- 1 lžičku barevného pepře

## Kategorie

Výjimečný den, Baskická, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Labužník, Zkušený kuchař, Hlavní chod

