

Krémová žampionovo- lišková omáčka



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 30min , Porce: 6

447 kalorií , **11 g** cukrů , **7 g** tuků , **17 g** bílkovin

Autor: Marsylie

Odkaz: <https://srecepty.cz/kremova-zampionovo-liskova-omacka>

Příprava

Houby očistíme, nakrájíme, osolíme a přidáme kmín. Sádlo rozpustíme a houby restujeme do měkka 7 minut (sádlo dobu zkracuje). Přidáme mouku, zalijeme vodou a necháme vařit 10 minut. Okořeníme solí, pepřem a polévkovým kořením. Mléko a smetany promícháme a za stálého míchání nalijeme do omáčky. Vaříme 7 minut.

Odstavíme a vyšleháme pyré mixérem Mascha či ponorným mixérem do hladké krémové omáčky.

Ingredience

- 200 g žampionů
- 100 g Lišek obecných
- 1 lžíce sádla
- troška římského drceného kmínu
- 3 lžíce hladké mouky
- 600 ml vody
- 220 ml polotučného mléka
- 200 ml 12% sladké smetany
- 1 lžička tekutého polévkového koření
- 2 lžičky soli
- troška bílého pepře
- 100 g zakysané smetany

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Houby, Vegetarián, Omáčka

