

# Ředkvičky s mletým masem



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 4

**751** kalorií , **0 g** cukrů , **45 g** tuků , **72 g** bílkovin

**Autor:** Angel 666

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/redkvičky-s-mletým-masem>

## Příprava

Omyté ředkvičky rozkrájíme na čtvrtiny a vhodíme do pánve na rozehřátý olej. Asi 5 minut restujeme. Opečené ředkvičky vyndáme z pánve a odložíme stranou. Do pánve rozdrobíme mleté maso, lehce osolíme, opepříme, přidáme špetku kmínu a zázvoru a restujeme skoro doměkka. Asi po 10 minutách do pánve vrátíme ředkvičky, přihodíme špenátové lístky, nasekané stroužky česneku, zastříkneme sojovou omáčkou a vinným octem a promícháme. Je-li třeba, mírně podlijeme vodou. Solamyl rozmícháme v malém množství vody, vlijeme do pánve a jídlo zahustíme. Vše dobře promícháme a můžeme vypnout. Podáváme s čerstvým pečivem nebo rýží.



## Ingredience

- 3 svazky ředkviček
- 1 lžíce slunečnicového oleje
- 300 g mletého masa
- sůl, pepř, drcený kmín a mletý zázvor podle chuti
- 2 hrsti čerstvých špenátových lístků
- 3 stroužky česneku
- 2-3 lžíce sojové omáčky
- 1 lžička Solamylu
- 2 lžičky vinného octa

## Kategorie

Česká, Jaro, Maso, Zelenina, Rychlovka, Hlavní chod