

Švédská roštěnka II.



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

2077 kalorií , **0 g** cukrů , **118 g** tuků , **178 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/svedska-rostenka-ii>

Příprava

Mäso nakrájame na 6 rezňov, naklepeme, osolíme, okoreníme a z oboch strán opečieme na oleji. Opečené rezne vyberieme a na oleji do zlatista opečieme na koliečka pokrájanú cibuľu. Rezne vložíme späť, pridame sardelovú pastu, podlejeme vodou a prikryté dusíme. Keď su mäkké, vyberieme ich, šťavu zaprášime múkou, povaríme a precedíme na ne. Podávame posypané postrúhaným syrom s ryžou alebo zemiakmi.

Ingredience

- 600 g hoväzí roštěnky
- 2 lžice rostlinného oleje
- 2 lžice hladké mouky
- 2 cibule
- 80 g strouhaného Ementalu
- špetka soli
- špetka pepře
- 1 lžice sardelové pasty
- voda

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod