

Telecí řízky v kari omáče

Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

585 kalorií , 2 g cukrů , 51 g tuků , 13 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/teleci-rizky-v-kari-omacce>

Příprava

Řízky naklepeme, okraje nařízneme, posolíme, poprášime kari a po obou stranách opečeme na rozehřátém oleji. Vyjmeme z pánve, přidáme na ně máslo, mouku a trochu kari a osmažíme. Přilejeme 4 lžíce vody a smetanu a krátce povaříme. Omáčku osolíme a nalijeme do omáčníku. Maso posypeme nakrájenými mandlemi, které jsme předtím v troubě opražili. Jako přílohu podáváme rýži.

Tip k receptu

Maso zalévame omáčkou až na talíři podle chuti.

Ingredience

- 800 g telecích řízků
- 80 ml olivového oleje
- 200 ml sladké smetany
- 30 g másla
- 1 lžíce hladké mouky
- 50 g posekaných opražených mandlí
- 2 lžičky kari koření
- sůl podle potřeby

Kategorie

Výjimečný den, Indická, Redukční, Celoročně, Maso, Něco extra, Zkušený kuchař, Hlavní chod