

Vepřová panenka s kapustovo-liškovým ragú



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 4h 30min
Celkový čas: 4h 50min , Porce: 4

451 kalorií , **0 g** cukrů , **16 g** tuků , **44 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-panenka-s-kapustovo-liskovym-ragu>

Příprava

Telecí kosti opečeme s kořenovou zeleninou do hněda, přidáme protlak, víno, zalijeme vodou a dlouho na slabém plamenu vaříme, podle potřeby doléváme vodu. Po pár hodinách (obvykle po dvou dnech) scedíme a svaříme do husté konzistence. Tím si vytvoříme základní hnědou omáčku zvanou demiglace. Maso si očistíme, připravíme na ideální 4 porce, osolíme, opepříme a opečeme ze všech stran do zlatova. Vložíme do smetany se šalvějí a pod grilem jej lehce necháme dojít do úpravy medium. Kapustu zbavíme košťálu a spaříme ve slané vodě. Poté hodíme kostku másla na pánev, orestujeme zlehka šalotku, přidáme lišky, poté kapustu. Přidáme pár lžic zakysané smetany, dochutíme solí, pepřem a můžeme podávat.

Ingredience

- 800 g vepřové panenky
- 100 g šalotky
- 400 g lišek obecných
- 400 g kapusty
- 500 g telecích kostí
- 500 g kořenové zeleniny
- 50 g rajčatového protlaku
- 200 ml červeného vína
- máslo
- smetana
- pár lžic zakysané smetany
- sůl a pepř dle chuti
- bylinky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Maso, Něco extra, Labužník, Návštěva, Hlavní chod

