

Zeleninový wrap s pikantní hovězí jehlou



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15h 30min
Celkový čas: 15h 50min , Porce: 4

2126 kalorií , **17 g** cukrů , **87 g** tuků , **135 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/zeleninovy-wrap-s-pikantni-hovezi-jehlou>

Příprava

Maso nakrájíme na kostky a napícháme na jehlu. Smícháme sójovou omáčku, chilli omáčku, nasekanou chilli papričku a škrob a v této marinádě vaříme jehly – ovšem při nižších teplotách: Při teplotě 85 °C asi 3,5 hodiny, a při teplotě 65 °C dalších 12 hodin. Cibuli nakrájíme na jemno a smícháme ji s kečupem, majonézou, hořčicí a grilovacím kořením. Potřeme tím tortilly, přidáme na proužky nakrájenou papriku, natrhaný salát a rajčata a zarolujeme. Masovou jehlu podáváme se zeleninovým wrapem.

▣ Tip k receptu

Skvěle se hodí tortilly s tomatovou příchutí. Mají i hezčí barvu.

Ingredience

- 1 ks cibule
- 4 ks tortilly
- 1 ks papriky (kapie)
- 2 ks rajčat
- 1 ks chilli papričky
- 2 lžíce majonézy
- 1 lžička kečupu
- 1 lžička kremžské hořčice
- 1 špetka grilovacího koření
- 200 g ledového salátu
- 600 g hovězí zadní
- 120 g sójové omáčky
- 160 ml sladkokyselé omáčky
- 40 g kukuřičného škrobu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Obiloviny, těstoviny a rýže, Hlavní chod

