

Hovězí steak na zelenině



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 2

884 kalorií , **0 g** cukrů , **100 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-steak-na-zelenine>

Příprava

Steaky si několik dní předem naložíme do olejové lázně s pepřem. Na rozpáleném oleji je zprudka opečeme z obou stran, pak vyjmeme a na výpeku osmažíme zprudka zeleninu. Zalijeme instantní masovou šťávou rozmíchanou ve studené vodě. Pár minut prohřejeme a můžeme servírovat.

Ingredience

- 2 plátky hovězího masa na steak
- 250 ml hotové hovězí nebo drůbeží šťávy
- 1 balení mražené zeleniny
- rostlinný olej
- pepř

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod