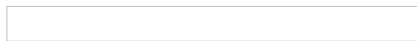


Nedietní česnečka na neděli



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 20min
Celkový čas: 1h 50min , Porce: 8

1251 kalorií , **0 g** cukrů , **102 g** tuků , **80 g** bílkovin

Autor: katka16031

Odkaz: <https://srecepty.cz/nedietni-cesnecka-na-nedeli>

Příprava

Maso omyjeme, osušíme a dáme do vroucí osolené vody. Na mírném ohni vaříme asi hodinu. Během vaření několikrát sebereme vzniklou pěnu. Zeleninu očistíme, opereme, polovinu nahrubo nakrájíme a zhruba po 15 minutách přidáme k masu. Zbytek nakrájíme na kostičky, pórek na proužky, česnek na plátky. Polévku přecedíme, maso vyjmeme a necháme zchladnout. Na másle podusíme česnek a zeleninu, zalijeme polévkou a vaříme asi 5 minut. Maso vykostíme, zbavíme tuku, nakrájíme nadrobno a dáme do polévky. Nakonec podle chuti osolíme a opeříme.

Ingredience

- 600 g hovězího masa na polévku
- 2 mrkve
- 1 pórek
- 1 menší celer
- 2-3 stroužky česneku
- 2 lžíce másla
- sůl
- pepř

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina, Polévka