

Dušené jehněčí s tymiánem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 2h 0min
Celkový čas: 2h 30min , Porce: 4

466 kalorií , **30 g** cukrů , **16 g** tuků , **2 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/dusene-jehnecki-s-tymianem>

Příprava

Tymián a majoránku nasekáme, smícháme je s na jemno nakrájenou cibulí a česnekem a tabascem. Do této směsi obalíme maso a necháme chvíli odležet. Poté osolíme a opepříme. Mrkev a brambory nakrájíme na kostičky a opečeme na másle. Třtinový cukr dáme do hrnce a pomalu ho rozpouštíme - hned na začátku karamelizování přidáme maso a opečeme ho ze všech stran. Zalijeme vývarem a dusíme hodinu a půl doměkka. Podáváme posypané nakrájenou paprikou a cibulovou natí.

Ingredience

- 450 g jehněčí kýty
- 4 lžíce tymiánu (Mateřídouška obecná)
- 1/2 lžíce majoránky
- 1 ks cibule
- 3 stroužky česneku
- 1 lžíce tabasca
- 7 g soli
- 7 g pepře
- 2 lžíce třtinového cukru
- 20 g másla
- 1 ks mrkve
- 3 ks brambor
- 500 ml zeleninového vývaru
- 1 ks papriky (kapie)
- 4 lžíce cibulové natě

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Hlavní chod

