

Lehká žampionová omáčka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

471 kalorií , **0 g** cukrů , **28 g** tuků , **12 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/lehka-zampionova-omacka>

Příprava

Na másle osmažíme očištěné a nakrájené žampiony. Přidáme vodu a dusíme asi 10 minut do měkka. Zasypeme moukou, zalijeme smetanou a důkladně rozmícháme, aby se nám nevytvořily hrudky. Osolíme, opepříme dle chuti.

Ingredience

- 250 g žampionů
- 3 lžíce hladké mouky
- pepř
- sůl
- 500 ml smetany
- 2 lžíce másla
- 100 ml vody

Kategorie

Česká, Omáčka, Pomocné recepty

