

Polévka z telecího masa

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 2h 10min
Celkový čas: 2h 40min , Porce: 4

290 kalorií , **2 g** cukrů , **18 g** tuků , **5 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/polevka-z-teleciho-masa>

Příprava

Maso i s kostí uvaříme doměkka v osolené vodě. Vývar procedíme, přidáme na nudličky nakrájenou zeleninu, zahustíme světlou máslovou jíškou a povaříme, dokud není zelenina měkká. Do hotové vařící polévky vešleháme žloutek dobře rozmíchaný ve smetaně nebo v mléce. Okořeníme muškátovým květem a nasekanou petrželkou. Maso obereme z kostí, drobně nakrájíme a přidáme do polévky.

Ingredience

- 300 g telecího masa (hrudí, žebra nebo boku)
- sůl
- muškátový květ
- 3 lžíce smetany nebo mléka
- 1 žloutek
- petrželka
- 20 g másla
- 30 g hladké mouky
- 60 g zeleniny (mrkev, celer, petržel, květák, hrášek)

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Rodina, Polévka