



Dušená vepřová plec s flekami na másle

Měkké vepřové maso dušené do šťavy podávané s máslovými flekami, jednoduchý nedělní oběd z pár surovin.

Tento recept jsme vytvořili dříve a jeho slevy už skončily. Ceny a dostupnost surovin nemusí odpovídat aktuální nabídce. Aktuální recepty ze slev najdete na potravinka.cz/recepty.

#Oběd #Hlavníjídlo #Snadné

Alergeny: lepek, mléko (orientačně podle surovin, vždy zkontrolujte obal)

⌚ Příprava 15 min · Vaření 75 min Náročné 👤 3 porce 🔥 640 kcal/porce

Na porci: ⚖ 38 g bílkovin 💰 52 g sacharidů 🥑 29 g tuků

Suroviny



Authentic Vepřová plec bez kosti · 610.0 g

134,14 Kč

Potřeba: 580 g



ARO Těstoviny fleky bezvaječné · 500.0 g

12,90 Kč

Potřeba: 200 g

↓ Nejnižší cena



Madeta Jihočeské máslo (82%) · 250.0 g

59,90 Kč

Potřeba: 50 g

↗ Dobrá cena



Co ještě přidat



Cibule žlutá, síť · 1.0 kg

19,90 Kč

Potřeba: 1 větší



Česnek Paličák · 250.0 g

64,90 Kč

Potřeba: 2 stroužky



Vitana Paprika sladká mletá · 23.0 g

21,90 Kč

Potřeba: 1 lžička



Solsanka Mořská sůl hrubozrnná · 1.0 kg

33,90 Kč

Potřeba: 1 lžička



**Vitana Pepř černý mletý · 18.0 g**

Potřeba: špetka

26,90 Kč↗ **Dobrá cena****Zon Voda neperlivá 6x1,5l · 9.0 l**

Potřeba: 300 ml

74,90 Kč↓ **Nejnižší cena**

Postup

- 1** Plec nakrájejte na kostky zhruba 3 cm, osolte, opepřete a posypte paprikou.
- 2** V hrnci rozehejete polovinu másla, maso na něm ze všech stran opečte do zhnědnutí.
- 3** Přidejte nakrájenou cibuli a prolisovaný česnek, krátce orestujte.
- 4** Podlijte 300 ml vody, přikryjte a duste na mírném ohni asi 60 minut, dokud není maso měkké. Podle potřeby dolijte vodu.
- 5** Fleky uvařte v osolené vodě podle návodu, asi 8 až 10 minut, a okapejte.
- 6** Fleky promíchejte se zbylým máslem a podávejte s masem a šťávou z dušení.

Tip: Do šťávy můžete na závěr zamíchat lžící hladké mouky rozmíchané ve studené vodě, aby byla omáčka hustší.



Otevři recept v telefonu

Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.