

Hovězí ragú s brokolicí

Kategorie: Hovězí maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

400 g hovězí roštěné

2 lžíce másla

sůl

pepř

250 g brokolice

1 zelená a 1 žlutá paprika

150 g žampionů

100 g sójových výhonků

100 ml smetany

0,5 lžičky sladké papriky

Postup

Maso nakrájíme na nudličky. V pánvi rozpustíme máslo a maso na něm asi 4 minuty opékáme. Nudličky z pánve vyjmeme, osolíme, opepříme a uložíme stranou do tepla.

Brokolici rozdělíme na růžičky. Přelijeme ji vroucí osolenou vodou a 4 minuty blanšírujeme. Vodu slijeme, zeleninu prudce ochladíme a necháme okapat. Rozpůlíme papriky, vyjeme semeníky a nakrájíme na proužky. Houby nakrájíme na plátky. Zeleninu i houby nasypeme do vypečeného tuku a krátce podusíme. Propereme sójové výhonky a nasypeme je do pánve. Přilijeme smetanu a povaříme. Ragú ochutíme solí, pepřem a paprikou, vrátíme maso zpět a prohřejeme.

Přílohy:

brambory