

Boršč z hovězího masa a hlávkového zelí

Kategorie: Masové polévky

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost: středně obtížný

Autor: Slimmers`Delights, Better Homes and Gardens Books, str. 37, Great Britain

Suroviny

900 ml hovězího vývaru

olej

450 steakového masa, bez tuku nakrájené na 2 cm kostky

1 velký tuřín

450 g tj. dvě 2 středně velké řepy nakrájené na tenké proužky

1 mrkev

0,75 lžičky soli

0,25 lžičky pepře

230 g nastrouhané kapusty nebo zelí

150 cal/porce

Postup

Připravíme podle receptu základní hovězí vývar. Do hrnce dáme olej a maso na něm opečeme dohněda. Mezitím odstraníme slupku z tuřínu, řepy, a jestliže je třeba i z mrkve. Vše nakrájíme na tenké proužky asi 0,5 cm široké. K masu v hrnci přidáme hovězí vývar, tuřín, řepu, mrkev, sůl a pepř. Uvedeme do varu a pak zmírníme oheň. Vaříme pod pokličkou 50 minut a přidáme zelí nebo kapustu. Vaříme dalších 10 minut, nebo déle až je zelenina chrupavá a zelí měkké.

Poznámka

KR-761. zdroj: Dadalova kuchařka