

Čarujeme s játry, RESTOVANÁ se zeleninou

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost: lehký

Autor:

Suroviny

2 lžíce jemného kečupu

5lžíc oleje

kmín

mletý pepř

sůl

2 lžíce plnotučné hořčice

2 lžíce drobně nakrájené cibulové natě

Sterilovaná zelenina

600 g kuřecích jater

Postup

Sterilovanou zeleninu vyklopíme do síta a necháme okapat od nálevu. Játra pečlivě očistíme, omyjeme a osušíme. potom je nakrájíme na menší kousky, okmínujeme a opepříme. V pánvi rozehtejeme olej a játra na něm orestujeme z obou stran 3 minuty do poloměka. K takto upraveným játrům následně přidáme sterilovanou zeleninu, promícháme a necháme přejít varem, po dobu přibližně 2 minut.

2. Poté do směsi přidáme hořčici a kečup, promícháme a necháme prohřát. Těsně před podáváním směs osolíme a posypeme natí cibulek. Jako přílohu můžeme zvolit dušenou rýži, hranolky, vařené brambory nebo pečivo