

Zapečená polévka

Kategorie: Ostatní polévky

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

38 na osobu 450 kcal, 1880 kJ, 40 g bílkovin, 16 g tuků

750 g hovězího hrudí

2 cibule

400 g moučných brambor

0,5 celeru

4 mrkve

2 petržele

1 pórek

2 lžíce oleje

750 ml masového vývaru (z kostky)

sůl

pepř

1 lžička kmínu

1 lžíce posekané petrželky

Postup

1. Maso omyjeme, osušíme a rozkrájíme na stejně velké kostky. 2. Cibuli posekáme. Brambory a celer nakrájíme na kostky. Mrkev a petržel omyjeme, oloupeme a nakrájíme na kolečka. Pórek nakrájíme na špalíčky. 3. Troubu předehřejeme na 180 °C. Na pánvi rozežřejeme slunečnicový olej a na něm po částech opečeme kostky masa ze všech stran. Vyjmeme a zakryté alobalem udržujeme v teple. 4. Masový vývar ohřejeme. Připravíme vysokou ohnivzdornou formu s poklicí a postupně do ní vrstvíme maso, brambory, celer, mrkev, petržel, pórek a cibuli. Každou dávku osolíme, opepříme okmínujeme. Zalijeme vývarem, formu zakryjeme a v troubě pečeme 60 min. Polévku rozdělíme do talířů a podáváme ji ozdobenou posekanou petrželkou