



Ingredience

- NIKAL 100 % rostlinný tuk
- NIKAL Polévka a univerzální koření
- NIKAL Omáčka k pečení
- 4 husí stehna, každé cca 350 g
- sůl
- Pepř, čerstvě mletý
- 4 malá cibule
- 200 ml jablečné šťávy
- 1 šalotka
- 1 malá větvička z rozmarýnu
- 80 g marcipánové hmoty
- 4 kyselá jablka
- 600 g zavařeného červeného zelí
- 80 g čerstvých brusinek
- 200 ml svařeného vína

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo
Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Husí stehna s omáčkou ze svařeného vína a červeným zelím



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 80 minut.

Příprava:

Předehřejte troubu na teplotu 200 ° C. 4 husí stehna osolíme a opeříme. V pekáči rozejdeme 2 lžíce **NIKAL 100 % rostlinného tuku** a osmažíme stehna na straně s kůží. Potom otočíme a osmažíme i z druhé strany.

Mezitím oloupeme cibule a nakrájíme na větší kostky. Přidáme do pekáče ke stehnům a orestujeme. Slijeme opatrně tuk a zalijeme jablečnou šťávou a 200 ml vývarem z **NIKAL Polévka a univerzální koření**. Vložíme do trouby a pečeme asi 45 minut.

Mezitím oloupeme šalotky a nakrájíme na jemné kostičky. Rozmarýn otrháme ze stonku a nasekáme na malé kousky. Cibuli a rozmarýn zahněteme do marcipánové hmoty.

Z jablek vykrojíme jadřinec a naplníme marcipánovou hmotou. Přidáme do pekáče na posledních 15 minut pečení.

Do hrnce dáme červené zelí a čerstvé brusinky a zahřejeme.

Do jiného hrnce dáme 200 ml svařeného vína a zahřejeme, přidáme 50 g **NIKAL Omáčky k pečení**, promícháme a 5 minut povaříme.

Upečená stehna vyndejte z pekáče a dejte na talíř. Přidejte červené zelí a zalijte omáčkou ze svařeného vína.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 49,5 g tuk • 41,2 g sacharidy • 64 g bílkoviny • 8,2 g vlákniny • Energetická hodnota 898 kcal