



## 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
- 600 g zavařeného červeného zelí
- 200 ml červeného vína (nebo vývar z polévky NIKAL)
- kynuté nebo houskové knedlíky pro 4 osoby

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](http://www.nikal.cz)  
E-Mail [nikal@nikal.cz](mailto:nikal@nikal.cz)

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

## Husí stehno s kynutými knedlíky a červeným zelím



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 80 minut.

### Příprava:

Předehřejte troubu na teplotu 200 ° C. 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 Polévky a univerzálního koření**. Vložíme do trouby a pečeme asi 45 minut.

Připravte si knedlíky podle vlastního receptu nebo hotové knedlíky ohřejte. Vložte 600 g hotového červeného zelí do kastrolu a zahřejte.

Zahřejte 200 ml červeného vína (nebo vývaru z polévky NIKAL) s 300 ml vody v pánvi, přidejte 50 g **NIKAL Omáčky k pečení**, zamíchejte a přiveďte k varu. Povařte asi 5 minut.

Vyjměte stehna z pekáče a nechte je okapat. Rozložíme na talíře a podáváme s knedlíky, červeným zelím a omáčkou.

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