



Ingredience

- NIKAL Omáčka k pečení
- NIKAL 100% rostlinný tuk
- 1 kg chřestu
- 350 g různých hříbků a hub, očištěných
- 1 lžice másla
- 1 lžice čerstvě vylisované citronové šťávy
- 250 ml polotučného mléka
- 800 g brambor varného typu A
- 2 lžice najemno nasekané pažitky
- čerstvě nastrohaného muškátového oříšku
- sůl
- čerstvě namletý pepř
- cukr

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.

Houbovo-chřestové ragú s bramboráčky



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 70 minut.

Příprava:

1 kg chřestu oloupeme a odřízneme zdřevnatělé konce. Nakrájíme na šikmo na asi 3 cm dlouhé kousky. Vaříme je v osolené vodě se špetkou cukru asi 10 minut. Scedíme a necháme okapat.

350 g hříbků a hub nakrájíme na menší kousky a osmažíme je na másle. Ochutíme 1 lžicí citronové šťávy, solí, pepřem a poté necháme odpočinout.

250 ml mléka nalijeme do pánve po houbách a prohřejeme. Vmícháme 25g NIKAL Omáčka k pečení přivedeme k varu a necháme vařit asi 1 minutu. Vložíme zpět houby, zamícháme a dáme stranou.

800 g brambor varného typu A oloupeme a nastroháme nahrubo. Vymáčkáme přebytečnou vodu, dáme do misky a okořeníme solí, pepřem a muškátovým oříškem.

Na pánvi rozejdeme 4 lžice NIKAL 100% rostlinný tuk. Z brambor uděláme placičky a smažíme je jednotlivě. Otáčíme, přimáčkeme a smažíme dokřupava.

Mezitím přivedeme k varu houbové ragú, přidáme kousky chřestu a vaříme asi 5 minut na mírném plameni.

Na talířích servírujeme houbovo-chřestové ragú s bramboráčky a posypeme pažitkou.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 19,5 g tuk • 36,2 g sacharidy • 11,2 g bílkoviny
8,7 g vlákniny • Energetická hodnota 371 kcal