



Dušené vepřové srdce s rýží a kečupovou omáčkou

Jednoduché dušené srdíčko v kečupové omáčce podávané s vařenou rýží, syté a levné jídlo.

Tento recept jsme vytvořili dříve a jeho slevy už skončily. Ceny a dostupnost surovin nemusí odpovídat aktuální nabídce. Aktuální recepty ze slev najdete na potravinka.cz/recepty.

#Oběd #Sytý #Levné

⌚ Příprava 15 min · Vaření 60 min · Náročné · 👤 2 porce · 🔥 480 kcal/porce

Na porci: 0 35 g bílkovin · 45 g sacharidů · 18 g tuků

Suroviny

- | | | |
|--|---|--|
|  | Maso Klouda Vepřové srdce · 400.0 g
Potřeba: 340 g | 67,96 Kč
 |
|  | ARO Rýže loupaná varné sáčky · 500.0 g
Potřeba: 250 g | 14,90 Kč
↓ Nejnižší cena
 |
|  | Fine Life Kečup jemný · 500.0 g
Potřeba: 150 g | 34,90 Kč
↓ Nejnižší cena
 |
|  | Solné Mlýny Sůl kamenná s jódem · 1.0 kg
Potřeba: 1 lžička | 9,50 Kč
↓ Nejnižší cena
 |

Co ještě přidat

- | | | |
|--|---|--|
|  | ARO Olej olivový z pokrutin · 1.0 l
Potřeba: 2 lžíce | 119,90 Kč
 |
|  | J.C. Horn Pepř černý mletý · 45.0 g
Potřeba: podle chuti | 34,90 Kč
↓ Nejnižší cena
 |
|  | Zon Voda neperlivá 6x1,5l · 9.0 l
Potřeba: 200 ml | 74,90 Kč
↓ Nejnižší cena
 |



Postup

- 1 Vepřové srdce omyjte, zbavte blan a nakrájejte na proužky.
- 2 Na oleji orestujte srdce ze všech stran dozlatova.
- 3 Přidejte kečup, trochu vody, osolte a okořeňte pepřem.
- 4 Duste pod pokličkou asi 50 minut, dokud srdce nezměkne, podle potřeby podlévejte vodou.
- 5 Mezitím uvařte rýži ve varném sáčku podle návodu na obalu.
- 6 Srdce s omáčkou podávejte na vařené rýži.

Tip: Pro jemnější chuť přidejte do omáčky trochu smetany nebo mléka.



Otevři recept v telefonu

Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.

