



Vepřová panenka na pánvi s těstovinami a kečupovou omáčkou

Rychlá a šťavnatá vepřová panenka podávaná s jednoduchými těstovinovými fleky a domácí kečupovou omáčkou. Ideální všední večeře, která zvládne nasytit celou rodinu.

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.

#Večeře #Snadné #Maso

🕒 Příprava 10 min · Vaření 25 min Střední 👤 4 porce 🔥 520 kcal/porce

Na porci: 0 32 g bílkovin ₪ 45 g sacharidů 0 22 g tuků

Suroviny

	Authentic Vepřová panenka · 440.0 g Potřeba: 430 g	149,56 Kč ↗ Dobrá cena 
	Metro Chef Vepřová panenka bez řetízku · 540.0 g Potřeba: 540 g	86,35 Kč 
	ARO Těstoviny fleky bezvaječné · 500.0 g Potřeba: 500 g	12,90 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	9,90 Kč 
	J.C. Horn Pepř černý mletý · 45.0 g Potřeba: 1/2 lžičky	34,90 Kč ↓ Nejnižší cena 

Co ještě přidat

	Bertolli Olivový olej na smažení · 500.0 ml Potřeba: 2 lžíce	249,90 Kč 
--	---	---

**Zon Voda neperlivá 6x1,5l · 9.0 l**

Potřeba: 50 ml

74,90 Kč↓ **Nejnižší cena**

Postup

- 1** Vepřovou panenku nakrájejte na medailonky silné asi 2 cm.
- 2** Osolte a opepřete z obou stran.
- 3** Na pánvi rozehejte olej a panenku opečte z obou stran dozlatova, asi 4 až 5 minut na každé straně.
- 4** Mezitím uvařte těstoviny fleky podle návodu na obalu ve osolené vodě.
- 5** Do pánve k masu přidejte kečup a trochu vody, promíchejte a nechte 3 minuty zabublat, aby vznikla omáčka.
- 6** Odstavte, nechte maso 2 minuty odpočinout a podávejte na uvařených fleky s omáčkou.

Tip: Panenku můžete před podáváním posypat čerstvě mletým pepřem pro výraznější chuť.



Otevři recept v telefonu

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