

Vařený ovar s hořčicí, křenem a chlebem

Počet porcí: 5

Doba přípravy: 2 hodiny

Bez lepku

Postup přípravy

Vepřové maso - např. kolena pečlivě očistíme, omyjeme (nejlépe několikrát) a zbavíme všech zbytků krve. Očištěná kolena dáme do vařící mírně osolené vody, přidáme koření, přepůlenou oloupanou cibuli a vaříme doměkka. Poté maso vykostíme a nakrájíme přes vlákna na jednotlivé porce. Jako přílohu podáváme chléb, hořčici a nastrouhaný křen.

Ingredience

- **Cibule volná** - 50 g
- **Jedlá sůl** - 5 g
- **Křen** - 20 g
- **Vepřové maso (kotlety)** - 500 g
- **Hořčice plnotučná 100 g** - 80 g
- **Peprň černý celý 20 g** - 2 g
- **Semínkový chléb bílý trvanlivý bez lepku KB 280 g** - 500 g

