

Plněné hovězí plátky s glazovanou mrkví

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 1 hodina a 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Troubu předehřejeme na 180°C. Bylinky- petrželka, bazalka (jednu lžici petrželky si necháme stranou) smícháme s nastrohaným parmazánem, strouhankou, solí a pepřem. Maso podélně nařízneme a naplníme bylinkovou hmotou, šev uzavřeme pomocí párátek. V pekáčku rozpálíme olej, v něm osmahneme šalvěj a majoránku. Přidáme maso a osmahneme ze všech stran. Rajčatovou šťávu smícháme s vínem. Polovinu z toho přidáme k masu. Poté vložíme pekáček do trouby a pečeme nezakryté 45 minut. Maso vyndáme z pekáčku a dáme na teplé místo. Pekáček postavíme na plotnu, šťávu z masa zalévám zbytkem směsi vína a rajčatové šťávy a necháme trochu zredukovat, až vznikne hladká omáčka. Mrkev oloupeme a nakrájíme na špalíčky. V hrnci rozpálíme olej přidáme mrkev, krátce podusíme, přilijeme trochu vývaru, mrkev ochutíme cukrem a solí. Necháme zakryté 13 minut povařit, přitom stále doléváme vývar (bujón a vodu). Mrkev vyndáme z hrnce, šťávu z nich vyvaříme, abychom měli konzistenci sirupu. Mrkve dáme zpět do hrnce, namočíme ve šťávě a posypeme petrželkou. Maso nakrájíme na plátky, podáváme s omáčkou a mrkví.

Ingredience

- **Mrkev** - 500 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Petrželová nať** - 5 g
- **Šalvěj** - 5 g
- **Bazalka čerstvá** - 5 g
- **Olivový olej** - 30 g
- **Svatovavřínecké pozdní sběr víno suché červené 0,75 l** - 200 g
- **Český hovězí steak z mladého býka - roštěná** - 800 g
- **Parmazán 100 g** - 20 g
- **Happy Day rajčatová šťáva 100% 1 l** - 300 g
- **Cukr krystal** - 12 g
- **Majoránka 7 g** - 4 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 4 g
- **STROUHANKA pečivová bez lepku 350 g** - 20 g
- **Bez lepku Zeleninový bujón 56 g** - 12 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

