Biftek s pepřovou omáčkou

Počet porcí: 3
Doba přípravy: 45 minut

Postup přípravy

Z masa, cibule (nadrobno nakrájená), vejce, solamylu, mouky, hořčice, sojové omáčky, soli, pepře a chilli vymícháme masovou směs, kterou necháme nejméně 2 hodiny odležet. Tvoříme placičky silné asi 2 cm. Na pánev dáme trochu oleje a biftečky smažíme z každé strany asi 3 minuty, tak aby byly propečené. Po usmažení je vytáhneme. Do výpeku vhodíme lžičku hrubě roztlučeného barevného pepře a lžičku zeleného pepře a přilijeme smetanu. Chvíli vaříme do zhoustnutí, případně dochutíme. Podáváme s hranolky, opečenými brambory, nebo jen se zeleninou.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Vejce** - 50 g
- **Jedlá sůl** - 5 g
- **Paprika červená chilli** - 1 g
- **Mleté maso hovězí** - 400 g
- **Bezlepková mouka Nomix 500 g** - 10 g
- **Hořčice kremžská 450 g tuba** - 7 g
- **Pepř čtyř barev celý 16 g** - 5 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 3 g
- **Pepř zelený mletý 15 g** - 5 g
- **Bez lepku Sójová omáčka 160 ml** - 10 g
- **30% UHT smetana Mlékárna Pragolaktos 0,5 l** - 150 g
- **Olej slunečnicový** - 20 g
- **Solamyl 200 g** - 10 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM
CELIATICA.CZ
VÁŠ SEZNAM ONLINE