

Mleté maso s rýží a rajčaty z jedné pánve

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 35 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Mrkev a cibuli nakrájíme na kostičky, česnek na plátky. Na sádle orestujeme cibuli do zlatova a přidáme česnek. Po krátkém opečení vmícháme mrkev a po chvíli maso. Restujeme a mícháme, až se maso rozdrolí. Do opečeného masa vmícháme protlak, zarestujeme a vlijeme rajčata. Přivedeme k varu, osolíme a vsypeme propláchnutou rýží. Zalijeme hrnkem vývaru (voda a bujón) a přikryté vaříme do změknutí rýže. Musíme občas promíchávat a vývar dolévat podle potřeby. Před koncem vaření vmícháme natrhanou bazalku a hrášek. Dochutíme pepřem, solí, chilli podle chuti nebo pálivou papriku. Na talíři masovou rýži posypeme strouhaným sýrem.

Ingredience

- **Cibule volná** - 50 g
- **Mrkev** - 40 g
- **Česnek** - 3 g
- **Jedlá sůl** - 5 g
- **Bazalka čerstvá** - 2 g
- **Mleté maso míchané** - 400 g
- **Sádlo** - 10 g
- **Rýže dlouhozrná 400 g** - 250 g
- **Pitná voda nesycená** - 600 g
- **Hrášek v mírně slaném nálevu** - 20 g
- **Paprika pálivá 25 g** - 2 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 2 g
- **Bez lepku Zeleninový bujón 56 g** - 8 g
- **Podravka rajčatový protlak v tubě 120 g** - 12 g
- **Podravka rajčata pasírovaná 500 g** - 200 g
- **Jihočeský eidam 45 % plátky 100 g** - 150 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

