

Vepřové plátky na mrkvi

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 5

- špenát čerstvý 200 g
- mrkev 3 ks
- maso vepřové 5 plátek
- trocha olej olivový 1 ks
- dle chuti koření grilovací 1 ks
- sůl 1 špetka

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Dušení

Země: Česká republika

Počet porcí: 5

Postup:

Špenát omyjeme, odkrojíme stonky a lístky společně s oloupanými mrkvemi nakrájíme na nudličky. Plátky masa po okrajích několikrát nařízneme a potom je z obou stran naklepeme. Na oleji maso zprudka opečeme, zmírníme plamen, okořeníme a mírně podlijeme trochou vody. Dusíme asi 40 minut. Přidáme na nudličky nakrájenou mrkev a špenát, ještě osolíme a povaříme asi 15 minut. Jíme s brambory.