Dušené hovězí s hráškem a mrkví

Kategorie: Maso

Autor: sarysek

Suroviny

Porce: 1

- sádlo 80 g
- hovězí maso 500 g
- cibule 2 ks
- masox 1 kostka
- mražený hrášek s mrkví 2 balíček
- kmín 1 lžička
- mrkev 2 ks
- hladká mouka 2 lžíce
- worcesterová omáčka 1 lžíce
- **podle chuti**
- cukr krupice 1 ks
- mletý černý pepř 1 ks
- citron 1 ks
- sůl 1 ks
- **podle potřeby**
- máslo 1 ks
- **příloha**
- vařené brambory 1 ks

Doba přípravy: 150 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Dušení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Maso očistíme, opláchneme a nakrájíme na kostky. Cibuli oloupeme a drobně nakrájíme.

Sádlo rozpustíme v kastrolu a smažíme na něm cibuli, dokud nezesklovatí . Přidáme maso a zprudka opékáme, dokud se maso nezatáhne a nepustí šťávu. Pak ho osolíme, okmínujeme a opepříme. Podlijeme vývarem, připraveným z kostky masoxu a hrnku horké vody. Hovězí necháme na mírném ohni dusit pod pokličkou asi 2 hodiny, podle druhu masa.

Mrkev oškrábeme a nakrájíme na kolečka nebo kostičky. Osmahneme ji na másle, pak přisypeme i mraženou mrkev s hráškem a ještě chvíli smažíme, dokud mražená zelenina nepovolí. Posolíme, pokapeme worcesterovou omáčkou a citronovou šťávou, podle chuti můžeme i osladit lžičkou cukru. Mrkvovou směs přidáme k masu a společně dusíme do změknutí masa. Podle potřeby podléváme.

Z másla a hladké mouky usmažíme růžovou jíšku a necháme ji vychladnout. Vychladlou ji vmícháme ke konci dušení k masu a zelenině. Omáčka se zahustí. Dochutíme solí, pepřem, cukrem, nebo i šťávou z citronu.

Pozn: K přípravě můžeme použít hovězí maso zadní i libovější přední, nebo i roštěnec. Dobu přípravy lze zkrátit, pokud budeme maso vařit s mrkví v papinově hrnci.

Hovězí maso, dušené s mrkví a hráškem, podáváme s uvařenými brambory.