

Telecí plátky v zeleninové omáčce

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- cibule 1 ks
- petržel 1 ks
- celer 0.5 ks
- bobkový list 1 ks
- celý černý pepř 6 kulička
- mrkev 2 ks
- nové koření 3 kulička
- telecí kýta 4 plátek
- sojový nápoj s příchutí smetany 200 ml
- **podle chuti**
- umeocet 1 ks
- koření Horalka 1 ks
- sůl 1 ks
- **podle potřeby**
- olivový olej 3 lžíce

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Telecí plátky očistíme, osolíme a obalíme v koření Horalka. Malou cibuli nakrájíme na kolečka. Celer, mrkev a petržel očistíme a nakrájíme na plátky. Ze sušeného sojového prášku si podle návodu na obalu připravíme 200 ml mléka.

Dno pekáčku poklademe cibulí a nakrájenou zeleninou. Na ni rozložíme maso, které přelijeme olejem, přidáme bobkový list, nové koření a celý pepř. Vše do poloviny zalijeme vodou, zakryjeme alobalem a pečeme při 250 °C za občasného podlévání vodou doměkka.

Měkké maso vyjmeme, odstraníme bobkový list a zeleninu ponorným mixerem rozmělníme dohladka.

Hladkou zeleninovou omáčku nakonec zjemníme sojovým mlékem a podle potřeby osolíme a ochutíme umeoctem.

Telecí plátky rozdělíme na porce, přelijeme zeleninovou omáčkou a podáváme s žemlovým knedlíkem.