

Recepty



Pečená hovězí žebra

Ingredience

hovězí žebra: **800 g**
hovězí vývar: **200 ml**
česnek - stroužky: **2 ks**
cibule: **1 ks**
citrón: **1 ks**
med: **1 PL**
sójová omáčka: **1 KL**
olej: **1 PL**
worcestrová omáčka: **1 KL**
hořčice: **1 KL**
sůl
pepř
bobkový list
nové koření

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Nedietní mňamka

Smícháme med, citrónovou šťávu, prolisovaný česnek, olej, hořčici, sójovou a worcestrovou omáčku, sůl, pepř a důkladně promícháme. Do pekáče rozložíme na dno cibuli, bobkový list, nové koření a podlijeme trochou hovězího vývaru. Navrch naklademe hovězí žebra bohatě

potřená marinádou. Pečeme...

Pečená hovězí žebra - recept

Smícháme med, citrónovou šťávu, prolisovaný česnek, olej, hořčici, sójovou a worcestrovou omáčku, sůl, pepř a důkladně promícháme.

Do pekáče rozložíme na dno cibuli, bobkový list, nové koření a podlijeme trochou hovězího vývaru. Navrch naklademe hovězí žebra bohatě potřená marinádou. Pečeme zakryté asi 45 minut. Nejprve 10 minut na 220 °C, poté snížíme teplotu na 180 °C. Žebra polijeme zbytkem marinády a dopečeme odkryté asi 15 minut. Marináda lehce zkaramelizuje a bude křupavá.

Pečená hovězí žebra podáváme s chlebem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí