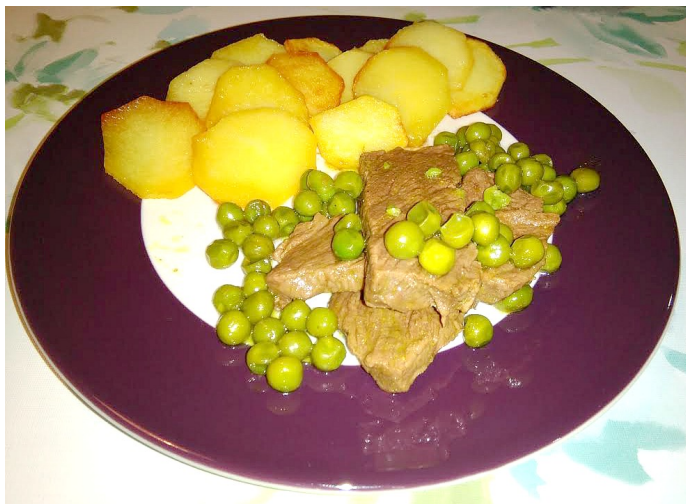


Hovädzie na hrášku a zemiakové chipsy



Čas prípravy: 90 minút

Druh jedla: Hlavné jedlá

Pri tejto pochúťke si prídu na svoje najmä deti, ktoré veľmi nemusia "mäso so šťavou" a tiež deti, ktoré majú radi chrumkavé opekané zemiačky. Tento recept ponúka ľahkú a zdravú formu, ako nakrmiť celú rodinu.

Suroviny:

zemiaky
hovädzie stehno alebo
roštenka
mrazený hrášok
kurkuma - nemusí byť
soľ, mleté biele
korenie
kokosový olej alebo
iný tuk

Postup práce:

Zemiaky ošúpeme a nakrájame na kolieska hrubé asi 5mm. Opečieme ich dozlata z oboch strán na rozpálenom oleji. Vyložíme ich na hrubý servítok, aby sa zbavili nasiaknutého oleja a následne ich preložíme do misy, posolíme a premiešame. Mäso nakrájame na tenké plátky a na rozpálenom ohni opečieme 1 min. z každej strany. Mierne posolíme a podlejeme trochou vody. Pridáme trochu korenia, kurkumu a mrazený hrášok. Pomiešame a dusíme domäkka.