

Příkrm hovězí maso

Kategorie: [Ostatní](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 10

- hovězí maso 100 g
- voda 3 dl

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Děti

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 10

Postup:

Hovězí maso, nejlépe svíčkovou, palec nebo zadní důkladně odblaníme, omyjeme a osušíme. Maso nakrájíme na kostky.

Maso dáme do kastrůlku, zalijeme částí vroucí vody a přivedeme k varu. Nezakryté vaříme do změknutí. Během vaření a dušení sbíráme pěnu, která se tvoří na hladině. Podle potřeby podléváme. Kvalitní maso se připravuje kratší dobu. Použila jsem 400 g palce ze svíčkové nakrájeného na středně velké kostky a dusila jsem necelých 30 minut. Maso lze připravit i v tlakovém hrnci, ale maso raději vařím takto.

Uvařené maso rozmixujeme, nebo 2 x umeleme nebo propasírujeme. Maso mixujeme s vývarem nebo bez něj s čistou převařenou vodou. Názory odborníků se bohužel liší. Někteří doporučují nedávat vývar, kvůli velkému množství bílkovin, protože miminka mají ještě nevyzrálé ledviny. Někteří naopak doporučují. Takže záleží na každém. Osobně jsem zvolila střední cestu. Tekutinu téměř

vydusila a do masa jí dala pouze polovinu. Pak jsem podle potřeby ředila převařenou vodu. Opět platí, že nesolíme, nesladíme ani nekořeníme.

Příkrm hovězí maso smícháme s vařeným bramborem nebo zeleninou. Záleží na tom, co máme připraveno. Z tohoto množství máme při rozumném ředění 100 ml kašovitého příkrmu. Vzhledem k tomu, že se začíná s 10 g masa smíchaného se zeleninou, doporučuji dát zbytek masa do tvořítek na led a zamrazit. Pak z tvořítek vyjmout a dát do pytlíčku zpět do mrazáku. Do tvořítek z Ikey se vejde 10 - 15 g.