

Příkrm hovězí maso s dýní, kukuřicí a mrkví

Kategorie: [Ostatní](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- mrkev 1 ks
- hovězí svíčková 20 g
- dýně 100 g
- mražená kukuřice 20 g
- slunečnicový olej 1 kapka
- **podle potřeby**
- voda 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Děti

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Zeleninu očistíme a nakrájíme a kostičky. Hovězí maso očistíme, omyjeme, osušíme a nakrájíme na drobné kostičky. Můžeme i na větší, ale vaření bude trvat déle.

Do kastrůlku dáme asi 1 dl vody a přivedeme k varu. Vložíme maso a vaříme. Případnou pěnu sbíráme. Asi po 3 - 5 minutách vaření přidáme ostatní zeleninu a společně vaříme doměkka. Nesolíme, ani nijak nekořeníme. Nakonec vše rozmixujeme. Můžeme i propasírovat nebo rozmačkat vidličkou.

Příkrm hovězí maso s dýní, kukuřicí a mrkví doplníme kapkou oleje a můžeme podávat.