

SEKANÁ - ČI, ĀAM

ĀsterĀ½, 02 leden 2018

Narodila jsem pĀmi uklízení svou starou psanou kuchařku - a v ní svĀj starý recept na sekanou; a rozhodla se, Āe by nebylo špatné, ji zase udĀlat. Jednak je dobrá hned ten den, napĀ. s lahodnou brkařící, následnĀ je fantastická jako studená druhý den do sendviĀe. No, a myslím, Āe tahle sekaná má vřec, co by mĀla mít. SkvĀlou barvu, skvĀlou strukturu a skvĀlou chuĀ. KouknĀte:

Složení Kilo libového mletého 2 Āice sušené mleté cibule nebo 1 šálek nakrájené Āerstvé cibule 4 Āky Āesneku mletého 1 Āka soli 1/2 Āky Āerného pepĀe 2 vejce lehce šlehaná 1 šálek 1 Āka italské kořenění 2 Āky steakové omáčky 2 Āice keĀupu 2 Āice majonézy 2 Āice worcestershirske 1/2 šálku keĀupu 2 Āice hnĀdého cukru 1 Āice balsamicového oleje Āerstvá petrĀelka **Postup** PĀmedel troubu na 180 stupĀ. Smíchejte všechny ingredience. Tvarujte lehce do šlehané a poloĀte na peĀící papírĀ na mĀku, kterou dáte na plech. Papír jsem drobnĀ propíchala, aby pĀbyteĀný tuk mohl odtéci a zĀstala m super sekaná... PeĀte cca 40 minut. Zvyšete teplotu o nĀco víc a peĀte dalších 15 minut (bude kĀreĀka). V misce smíchejte pĀísady na polevu. Nalijte na horní Āást sekané a peĀte dalších 10 minut. Ozdobte nakrájenou Āerstvou petrĀelkou. P.S. DoporuĀované Āasy jsou jen „doporuĀované“, záleĀí pĀedevšim na spolupráci vařící trouby a vás, jak jste na tom... :-D d@niela