

Hovězí s dušenou mrkví

[od ukončeného 8. měsíce]

cca **500 g** hovězího masa s kostí

1 balíček zeleniny na polévku

300 g mrkve

1 lžíce másla

½ lžičky hladké mouky

brambory jako příloha

(sůl)

Aby bylo hovězí maso dokonale měkké, uvařte ho v tlakovém hrnci společně s polévkovou zeleninou. Vývar můžete použít dál nebo ho zamrazit či zavařit do sklenice.

Mrkve omyjte, oloupejte a nakrájejte na kostičky. Vložte je do menšího hrnce a orestujte na másle.

Po cca 3 minutách je zalijte vodou či hovězím vývarem (jen tak aby byla ponořená) a vařte do měkka.

Nakonec mrkev lehce zaprašte hladkou moukou a znovu provařte.

Měkkou mrkev servírujte s natrhaným hovězím masem a šťouchanými bramborami.

