
Indycze udka z cukinią 20 min

Dodano: 2010-01-01 14:40:05

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1397 razy.

Kuchnia z szybkowaru

1 duże udko indycze

3 łyżki oleju, np. sojowego

2 młode cukinie

4 pomidory

1 ząbek czosnku

1 cebula

1 szklanka wody

tymianek

sól i pieprz do smaku

Na dwie godziny przed pieczeniem natrzeć udko rozartym z solą czosnkiem. Udko powinno być pozbawione fiszbin! Rozgrzać w szybkowarze olej, obrumienić na nim udko z obu stron. Wkroić do szybkowaru cukinie, sparzone i pozbawione skórki pomidory oraz oczyszczoną cebulę, również pokrojoną, posypać tymiankiem i pieprzem, podlać wodą. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 20 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD