

---

# Indyk w warzywach 25 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1400 razy.

Kuchnia z szybkowaru

4 porcje indyka

25 dag rzepy lub kalarepki

25 dag marchwi

50 dag kartofli

1 cebula

2 ząbki czosnku

3 dag smalcu

1 kostka maggi

2 szklanki wody

natka pietruszki

sól i pieprz do smaku

Oczyścić warzywa. W szybkowarze rozgrzać tłuszcz, na gorący położyć kawałki indyka, obrumienić, wyjąć. Na to miejsce wrzucić pokrojone marchew, rzepę i cebulę. Zrumienić je. Włożyć kawałki indyka, wlać wodę, wrzucić kostkę maggi i czosnek, posolić i popieprzyć. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 10 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Teraz szybkowar otworzyć, wrzucić pokrojone kartofle, ponownie zamknąć szybkowar i ogrzewać 12-15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Przed podaniem posypać zieleniną.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD