
Gulasz arabski

Dodano: 2010-01-01 14:43:40

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1475 razy.

Kuchnia libańska

1 średnia główka białej kapusty

1/2 kg baraniny pokrajanej w kostkę

2 średnie cebule obrane i posiekane

2-3 rozrte ząbki czosnku

3-4 łyżki masła

sól i pieprz do smaku

2 ziarenka ziela angielskiego

2 łyżki soku z cytryny lub 2 łyżeczki octu

(6 proc.) z 4 łyżeczkami wody

1. W garnku rozgrzać masło, włożyć mięso, cebulę i czosnek, smażyć na średnim ogniu do zrumienienia.
2. Doprawić solą i pieprzem, dodać ziele angielskie, wlać tyle wody, aby tylko przykryła mięso; gotować pod przykryciem na średnim ogniu, aż mięso będzie na wpół miękkie (około godziny).
3. Kapustę pokrajaną w 2 cm paski włożyć do garnka z mięsem, wymieszać, wlać tyle wody, aby przykryła zawartość, gotować dalej przez 30 min
4. Sok z cytryny i ocet z wodą wlać na 10 min. przed końcem gotowania.
5. Gulasz podawać z ryżem ugotowanym na sypko.
Proporcje dla 2-3 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713964933

Nadesłał(a): 2024-06-18 12:40:40