
Cielęca potrawka dietetyczna 20 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1565 razy.

Kuchnia z szybkowaru

80 dag mięsa z kością

1 pęczek włoszczyzny bez kapusty

3 dag masła

1 łyżka mąki

1 żółtko

1 łyżeczka siekanej natki pietruszki; sól do smaku

Mięso pociąć na kawałki, włożyć do szybkowaru, dodać oczyszczone i pokrojone warzywa z włoszczyzny, posolić, zalać wrzątkiem tak, by tylko przykryła zawartość. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 20 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. W tym czasie rozetrzeć masło z mąką i gdy szybkowar zostanie otwarty, zaraz włożyć do sosu i zagotować. Następnie zaciągnąć sos żółtkiem, chroniąc przed zagotowaniem, by się nie zwarzył.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD