
Cynaderki cielęce duszone w warzywach 20 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1395 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag cynaderek cielęcych

2 łyżki tłuszczu

1 łyżka masła

1 łyżka mąki

2 marchwie

1 pietruszka

5 kartofli

3 cebule

2 ogórki świeże lub kiszone

1-2 ząbki czosnku

1 szklanka śmietany

2 łyżki koncentratu pomidorowego

1 szklanka rosółu (lub zastępczo wody z przyprawą "Jarzynko")

siekana natka pietruszki

sól i pieprz do smaku

Cynaderki pokroić wzdłuż na niewielkie kawałki, posolić, posypać mąką i krótko przesmażyć w szybkowarze na rozgrzanym tłuszczu. Dodać oczyszczone i pokrojone na niewielką kostkę wszystkie warzywa i dalej dusić po dodaniu masła. Wlać rosół i śmietanę, dodać koncentrat pomidorowy, czosnek i pieprz. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 20 minut o momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Przed podaniem posypać natką pietruszki.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD