
Pieczeń cielęca z fasolką 25 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1264 razy.

Kuchnia z szybkowaru

1 kg łopatki

3 łyżki dobrego oleju (np. sojowego)

50 dag fasolki szparagowej

1 cebula

szczypta tymianku

sól i pieprz do smaku

Mięso obrumienić na rozgrzanym w szybkowarze oleju, wrzucić oczyszczoną i pokrojoną cebulę i ją także (lekko) zrumienić. Mięso posolić, popieprzyć, posypać tymiankiem, wlać kilka łyżek wody. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 15 minut o momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po tym czasie włożyć do szybkowaru wkładkę siatkową z oczyszczoną i posoloną fasolką, szybkowar znów zamknąć i ogrzewać jeszcze 10 minut od ponownego przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD