
Sznicle cielęce ze śliwkami 30 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1231 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag sznicłóWKi cielęcej

3 łyżki dobrego oleju

np. sojowego

15 dag suszonych śliwek

3 dag suszonych winogron (lub rodzynek)

1 łyżka mąki

50 dag marchwi

2 cebule

1 szklanka wody

1 pietruszka

1 kostka maggi

0,5 listka laurowego; tymianek

sól i pieprz do smaku

Suszone śliwki (i winogrona) namoczyć na kilka godzin. SznicłóWKę pokroić w poprzek włókien na kawałki, obrumienić na rozgrzanym w szybkowarze oleju, wrzucić oczyszczone i pokrojone w plasterki cebulę i marchew i chwilę jeszcze smażyć. Posypać mąką, wymieszać. Wlać bulion zrobiony z kostki maggi i wody, włożyć oczyszczoną pietruszkę, wsypać tymianek i pieprz. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 20 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po tym czasie otworzyć, włożyć o szybkowaru wypestkowane śliwki (i ewentualnie winogrona), ponownie zamknąć szybkowar i ogrzewać 10 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po ugotowaniu sprawdzić smak potrawy i jeśli zawarta w kostce maggi sól nie wystarczyła dosolić.

Nadesła(a): Cartall - Książka Kucharska na CD