
Baranina duszona po gruzińsku 25 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1410 razy.

Kuchnia z szybkaru

60 dag baraniny z kością

40 dag kartofli (5-6 średnich sztuk)

3 średnie pomidory

2 strąków fasoli szparagowej

2 większe lub 3 średnie ogórki lub bakłażany

1 spora cebula

1 łyżka siekanej natki pietruszki

sól i pieprz do smaku

Mięso oddzielić od kości, pokroić w poprzek włókien na kawałki (po 2-4 na osobę), oczyścić warzywa. kartofle i cebulę pokroić w talarki, strąki fasoli poprzekrawać na pół, pozbawione pestek ogórki pokroić w grubą kostkę, a pomidory na cząstki. Wszystko razem włożyć do szybkaru, zalać 2 szklankami wody, posolić i popieprzyć. Zamknąć szybkar i ogrzewać 25 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Przed podaniem wymieszać z natką pietruszki.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD