

---

# Baranina duszona ze śliwkami 25 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1429 razy.

Kuchnia z szybkowaru

70 dag baraniny z kością

2 cebule

20 dag suszonych śliwek

2 ząbki czosnku

1 łyżeczka mąki

4 dag tłuszczu

0,5 łyżeczki mielonej papryki; sól i cynamon do smaku

Oddzielić mięso od kości i pokroić w dość grubą kostkę, posolić i obrumienić na rozgrzanym w szybkowarze tłuszczu. Dodać oczyszczone i drobno pokrojone cebulę i czosnek, popieprzyć, posypać cynamonem, dodać paprykę, po czym zalać wodą z moczenia śliwek i ogrzewać 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po tym czasie szybkowar otworzyć i dodać wymoczone śliwki pozbawione pestek. Ponownie zamknąć szybkowar i ogrzewać jeszcze 10 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Najlepiej smakuje z ugotowanym na sypko ryżem.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD