
Baranina z brukwią 25 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1413 razy.

Kuchnia z szybkowaru

60 dag baraniny z kością

1 łyżka mąki

4 dag tłuszczu

1 cebula

1 łyżka przyprawy "Jarzynka" lub "Vegeta"

50 dag brukwi

sól i zielenina do smaku

Oddzielić mięso od kości, pokroić na małe kawałki, obrumienić na rozgrzanym w szybkowarze tłuszczu, wsypać mąkę i też lekko podrumienić. Wlać tyle wody, by ledwie pokryła mięso, wsypać przyprawę, posolić. Oczyszczyć brukiew, pokroić w kosteczkę, dodać do mięsa. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 25 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Przed podaniem posypać zieleniną.

Uwaga. Kto lubi, może dodać do potrawy 2-3 obrane ze skórki pomidory lub łyżkę koncentratu pomidorowego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD