
Baranina z curry 25 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1378 razy.

Kuchnia z szybkowaru
70 dag przedniej baraniny
3 łyżki oleju
3-4 cebule
3 marchwie
0,5 szklanki ryżu
1 łyżeczka przyprawy curry
sól i pieprz do smaku

Cebulę i marchew oczyścić i pokroić w talarki. Rozgrzać w szybkowarze tłuszcz i obrumienić na nim pokrojone na kawałki mięso. Wrzucić marchew i cebulę, kilka chwil smażyć, a następnie wlać tyle wody, by pokryła mięso. Wsypać curry, posolić i popieprzyć. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 10 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Szybkowar otworzyć, wsypać ryż i po ponownym zamknięciu szybkowaru ogrzewać 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD