
Gulasz barani 15 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1300 razy.

Kuchnia z szybkowaru

70 dag przedniej baraniny z kością

4 dag tłuszczu

1 łyżka mąki

25 dag pomidorów lub 2 łyżki koncentratu pomidorowego

2 duże cebule; sól

mielona ostra papryka i siekana natka pietruszki do smaku

Mięso, po oddzieleniu od kości, pokroić w kostkę, posolić i posypać mąką, obrumienić w szybkowarze na rozgrzanym tłuszczu. Włożyć oczyszczoną i pokrojoną cebulę i też zrumienić. Wlać 1 szklanę wody, zamknąć szybkowar i ogrzewać 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po otwarciu szybkowaru dodać sparzone; obrane ze skórki i pokrojone w drobną kosteczkę pomidory (lub koncentrat pomidorowy), doprawić papryką ewentualnie jeszcze solą, resztą mąki i chwilę pogotować. Przed podaniem posypać natką pietruszki.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD