

---

# Pieczeń barania duszona 35 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1208 razy.

Kuchnia z szybkowaru

70 dag baraniny bez kości z udź ca

6 dag tłuszczu

1 duża cebula. 1 łyżka mąki

2 ząbki czosnku

2 listki laurowe

6 ziaren pieprzu

5 ziaren ziela angielskiego

sól do smaku Mięso pobić tłuszczem natrzeć roztartym z solą czosnkiem.

Rozgrzać w szybkowarze tłuszcz, obrumienić na nim oprószone mąką mięso, odsunąć mięso na bok i na tym samym tłuszczu zrumienić oczyszczoną i pokrojoną cebulę. Wsypać resztę mąki, wymieszać i wlać 1 szklankę wody. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 35 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD