

---

# COCHIFRITO

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1305 razy.

1 kg mięsa z jagnięcia,  
4 łyżki oliwy,  
2 średnie cebule,  
1/2 łyżeczki czosnku,  
1 łyżka papryki,  
2 łyżki posiekanej  
nać pietruszki,  
2 łyżki soku z cytryny,  
1 cytryna,  
sól,  
pieprz

Mięso lekko posypać solą i pieprzem. W garnku zagrzać oliwę, a gdy zacznie "dymić", dołożyć mięso krajane na drobne kawałki i obsmażyć tak, by zrumieniło. Wyjąć mięso, osączyć i położyć na talerzu. Na pozostały tłuszcz wrzucić drobno posiekaną cebulę oraz czosnek i smażyć ok. 5 min, aż warzywa będą miękkie i przezroczyste, lecz niezrumienione. Dodać paprykę i ułożyć kawałki mięsa. Polać sokiem z cytryny, dodać nać pietruszki. Przykryć szczelnie i dusić na wolnym ogniu przez 1 godz., dopóki mięso nie stanie się miękkie. Przyprawić, przybrać cząstkami cytryny i podawać zaraz po przygotowaniu.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD