
KRÓLIK DUSZOWY W MLEKU

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1315 razy.

80 dag królika (comber lub skoki)
1 szklanka chudego mleko
1/2 łyżki szaławii z rozmarynem, gałka muszkatołowa
sól
pieprz
20 dag pomidorów świeżych lub mrożonych
4 łyżki umytych, drobno posiekanych listków bazylii z estragonem

Mięso królika umyć , osuszyć , pokrajać na porcje usuwając kości, które będzie można wykorzystać na wywar do zupy. Porcje mięsa zbić tłuczkiem a następnie lekko obrumienić na patelni z powłoką typu teflon. Osolić , przełożyć do rondla przesypując rozkruszoną szałwią i rozmarynem i oprószając pieprzem. Dusić pod przykryciem, stopniowo podlewając mlekiem (po 1/2 szklanki). Pomidory umyć . Mrożone od razu obrać ze skórki, świeże przed ubraniem sparzyć wrzącą wodą. Pokrajać drobno. Gdy mięso królika zmięknie, a mleko niemal całkowicie odparuje, oprószyć gałką muszkatołową, dodać pomidory. Dusić , aż pomidory się rozgotują i utworzą sos. Sprawdzić smak, ewentualnie przyprawić solą i pieprzem. Wyłożyć na ogrzany półmisek, posypać posiekanymi listkami roślin przyprawowych. Podawać z dodatkiem ziemniaków purée (1-1 1/2 łyżki na porcję) i z surówką z porów.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD