
Bób duszony z boczkiem 15 min

Dodano: 2010-01-01 17:16:05

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1452 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag wyłuskanego młodego bobu

1 cebula

10 dag boczku wędzonego

4 łyżki oleju

np. sojowego

2 szklanki bulionu z kostki rosółowej (lub z dowolnej przyprawy)

sól do smaku

W szybkowarze rozgrzać olej, zrumienić oczyszczoną i posiekaną cebulę. Wrzucić pokrojony w kostkę boczek, chwilę smażyć, po czym wrzucić bób. Wymieszać i smażyć dotąd, aż wchłonie tłuszcz. Teraz posolić i wlać bulion. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD