
Flaczki warzywne 12 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1202 razy.

Kuchnia z szybkowaru

6 marchwi

4 pietruszki

0,5 selera

1 por

1 cebula

6 dag masła

1 łyżko mąki

3-4 naleśniki (lub zastępczo 20-25 dag suchego makaronu ugotowanego na pół miękko); majeranek

imbir

papryka mielona

sól i pieprz do smaku

Wszystkie warzywa po oczyszczeniu pokroić w paseczki, zalać w szybkowarze wrzątkiem, włożyć połowę masła. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 12 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po otwarciu szybkowaru zagotować ze zrobioną z pozostałego masła i mąki jasną zasmażką. Doprawić do smaku solą i pieprzem, imbirem i papryką. Przed podaniem wymieszać z pokrojonymi w paski naleśnikami.

Uwaga. Gdy potrawa ma stanowić danie jednogarnkowe, dla podniesienia wartości białkowej można flaczki te doprawić przed podaniem 30 dag startego sera tyłzyckiego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD