
Kalmary duszone w winie 15 min

Dodano: 2010-01-01 17:27:47

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1285 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag surowych tuszek kalmarów

1 szklanka białego wytrawnego wina

(lub zastępczo 1 szklanka wody z octem winnym)

1 cebula

20 dag pomidorów (4-5 sztuk)

2 marchwie

2 pietruszki

1 kawałek selera

3 łyżki oleju sojowego

sól do smaku

Kalmary sparzyć , obciągnąć ze skóry, umyć , pokroić w paseczki. Oczyszczoną i drobno posiekaną cebulę usmażyć na rozgrzanym w szybkowarze oleju, dodać pokrojone pomidory, kalmary i oczyszczone, starte na tarce do jarzyn warzywa. Wlać wino, posolić . Zamknąć szybkowar i ogrzewać 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Podawać z białym pieczywem i masłem.

Nadesła(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713451318

Nadesła(a): 2024-06-18 03:08:28