
Wieprzowina duszona w piekarniku

Dodano: 2010-01-01 17:37:35

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1410 razy.

Kuchnia Jamajki

1/2 kg łopatki lub szynki wieprzowej pokrajanej w paski

o długości 4 cm i szerokości 2 cm

1 i 1/2 łyżki oleju jadalnego

1/2 łyżki mąki

1/2 szklanki selera posiekanego

1/2 szklanki cebuli drobno posiekanej

1 mały pomidor sparzony, obrany i posiekany

2 pieczarki posiekane

1 roztarty ząbek czosnku

2 łyżki pasty pomidorowej

1/2 szklanki białego wina wytrawnego lub wody

1 łyżeczka posiekanej zielonej pietruszki

1/2 łyżeczki soli szczypty: bazyli majeranku i tymianku

2 łyżki koniaku dowolnie

1. Paski mięsa zrumienić w rondlu na rozgrzonym oleju.
 2. Wsypać mąkę, wymieszać.
 3. Podać wszystkie składniki poza koniakiem.
 4. Mieszając, doprowadzić do wrzenia.
 5. Zawartość rondla ostrożnie przelać do małego żaroodpornego naczynia.
 6. Dusić w nagrzanym piekarniku (190 C) przez godzinę.
 7. Wlać koniak na 5 min. przed zakończeniem duszenia.
 8. Podawać z ryżem ugotowanym na sypko lub frytkami i buraczkami w śmietanie lub zieloną sałatą.
- Proporcje dla 2-3 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD