
ZRAZY WOŁOWE Z MUSZTARDĄ

Dodano: 2010-01-01 17:40:16

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1130 razy.

60 dag wołowiny bez kości (zrazowa)

5 dag korniszonów

2 łyżki musztardy

30 dag cebuli

1/4 szklanki śmietanki (9% tłuszczu)

sól

pieprz

2 łyżki umytych posiekanych liści roślin przyprawowych (szałwia, pietruszka, bazylia)

Mięso oczyścić z błon i ścięgien, umyć, osuszyć, pokrajać w plastry, zbić tłuczkiem. Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w półkrażki. Jedną cebulę razem z korniszonami posiekać jak najdrobniej i wymieszać z musztardą, przyprawić solą i pieprzem. Przygotowaną mieszaninę nakładać równomiernie na płaty mięsa, zwinąć w ścisłe ruloniki. Ruloniki można spiąć, np. wykałaczkami, lub obwiązać bawełnianą nitką, zabieg ten jednak nie jest konieczny.

Przygotowane zrazy lekko obrumienić na patelni do smażenia bez tłuszczu, przełożyć do rondla, obsypując cebulą, oprószyć solą i pieprzem, dodać trochę wody. Dusić pod przykryciem na małym ogniu, w miarę potrzeby podlewając wrzącą wodą. Do miękkiego mięsa dodać śmietankę. Zagotować, sprawdzić smak sosu i ewentualnie przyprawić solą i pieprzem. Gotową potrawę wyłożyć na salaterkę, połączyć sosem, posypać ziołami, podawać z dodatkiem ziemniaków z wody (1-2 szt. na porcję) i z surówkami.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD