SUKIYAKI PO POLSKU

Dodano: 2010-01-01 17:40:16
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1429 razy.

Przepis w naszej kuchni;

1/2 kg lekko zamrożonej
zrazówki lub polędwicy
2 łyżki oleju jadalnego
2 małe cebule pokrajane w cienkie plasterki
1 szklanka pieczarek pokrajanych w paski
2 młode jasne łodygi selera
1/4 kg szpinaku pokrajanego w szerokie paski
2 dymki pokrajane w paski lub szczypiorek
1/4 pęczki ugotowanego makaronu "nitki"

Sos:
3/4 szklanki rosołu lub wody
2 łyżki przyprawy meggi
2 łyżki cukru

1. Mięso pokrajać w paski.
2. Wszystkie składniki oprócz makaronu, ułożyć na talerzu.
3. W małym naczyniu rozmieszać rosół lub wodę z maggi i cukrem.
4. Mięso zrumienić ze wszystkich stron na mocno rozgrzanym oleju.
5. Do mięsa wiać połowę przygotowanego, sosu.
6. Na tej, samej patelni dusić obok wołowiny cebulę i seler - na małym ogniu przez 3 min., mieszając dwa razy.
7. Wlać pozostały sos, dodać pieczarki i szpinak, dusić przez 3 min. Zamieszać 2-3 razy.
8. Dodać dymkę lub szczypiorek, i wymieszane wszystkie produkty dusić przez minutę.
9. Na gorący półmisek wyłożyć mięso z jarzynami obok i ugotowanego makaronu.
10. Podawać natychmiast.

Proporcje dla 4-5 osób

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD