
Wołowina duszona z białą rzodkiewką

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1171 razy.

Kuchnia japońska

1/4 kg zrazówki lub polędwicy

5 dymek pokrajanych

na centymetrowe kawałki

1/2 szklanki utartej białej rzodkiewki (biały sopol)

2 łyżki sosu sojowego lub 1 łyżeczka przyprawy maggi i 2 łyżeczki wody

2 łyżki oleju jadalnego

szczypta glutasoli (dowolnie)

1. Rzodkiewkę umyć , osączyć .
 2. Mięso częściowo zamrożone pokrajać w bardzo cienkie plasterki.
 3. Na mocno rozgrzanej patelni z olejem obsmażyć mięso ze wszystkich stron przez 3 min.
 4. Dodać dymkę i białą rzodkiewkę, mieszając smażyć na dużym ogniu przez 2 min.
 5. Dodać sos sojowy lub maggi z wodą i glutasól, dusić przez 3 min. W razie potrzeby podlać 1-2 łyżkami wody.
 6. Podawać z ryżem i ogórkiem konserwowym.
- Proporcje dla 2-3 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD