CIELĘCINA LUB MIĘSO JAGNIĘCE DUSZONE Z SELERAMI

Dodano: 2010-01-01 17:40:16
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1427 razy.

60 dag cielęciny lub mięsa jagnięcia bez kości
40 dag selera naciowego
1 kostka maggi
10 dag cebuli
listek laurowy
2 ząbki czosnku
1/2 szklanki soku pomidorowego
sól
pieprz

Mięso oczyścić z błon i ścięgien, umyć, osuszyć, natrzeć czosnkiem roztartym z solą, obrumienić na patelni do smażenia bez tłuszczu. Przełożyć do rondla, podlać gorącą wodą. Dusić pod przykryciem na małym ogniu do czasu, aż po nakłuciu widelcem lub szpikulcem będzie wypływał przezroczysty płyn. Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w piórka. Łodygi selera umyć, oczyścić z włókien, tak jak rabarbar, pokrajać w poprzek w cienkie plasterki i razem z cebulą dodać do duszącego się mięsa. Gdy seler zacznie mięknąć, podlać sokiem lub przecierem pomidorowym, dodać kostkę Maggi, posolić i dusić przez kilka minut. Miękkie mięso wyjąć, pokrajać w plasterki, ułożyć na ogrzanym półmisku. Uduszone warzywa przyprawić solą i pieprzem i obłożyć nimi mięso. Podawać z ziemniakami z wody (1-2 na porcję) i z surówkami.

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