BITKI CIELĘCE LUB Z JAGNIĘCIA DUSZONE

Dodano: 2010-01-01 17:40:16
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1414 razy.

60 dag cielęciny lub mięsa jagnięcia bez kości
2 ząbki czosnku
3 łyżki sosu sojowego (ewentualnie przyprawy do zup)
10 dag cebuli
20 dag selera
15 dag brukselki
sól
pieprz
imbir

Mięso oczyścić z błon i ścięgien, umyć, osuszyć. Pokrajać w plasterki, zbić tłuczkiem i uformować owalne bitki. Natrzeć je czosnkiem roztartym z solą, ułożyć w niskim, szerokim rondlu, oprószyć imbirem, skropić sosem sojowym. Dusić pod przykryciem, podlewając w miarę potrzeby gorącą wodą lub wywarem z warzyw. Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w piórka. Seler umyć, obrać, opłukać, zetrzeć na tarce z dużymi otworami, dodać z cebulą do duszącego się mięsa, osolić, oprószyć pieprzem. Udusić do miękkości. Brukselkę oczyścić, umyć, włożyć do wrzącej, osolonej wody, ugotować w odkrytym rondlu. Uduszone mięso połączyć z ugotowaną, odcedzoną brukselką, przyprawić solą, imbirem i pieprzem. Wyłożyć na ogrzany półmisek. Podawać z ziemniakami pieczonymi (1-2 na porcję) i z surówką z zielonej sałaty lub z czerwonej kapusty.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD