
BITKI WOŁOWE GOTOWANE

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1519 razy.

60 dag wołowiny bez kości (zrazowa)
30 dag warzyw mieszanych (marchew, pietruszka, seler)
10 dag cebuli
listek laurowy
estragon ziele angielskie
sól
pieprz
2 łyżki umytej posiekanej naci pietruszki

Wołowinę oczyścić z błon i ścięgien, umyć, osuszyć, pokrajać w poprzek włókien w plasterki. Zbić starannie tłuczkiem, oprószyć pieprzem. Warzywa umyć, oczyścić, opłukać, pokrajać i włożyć razem z mięsem do rondla. Cebulę obrać, opłukać, pokrajać, dodać do mięsa, oprószyć solą, podlać wrzącą wodą (ok. 3/4 szklanki), dusić pod przykryciem na małym ogniu, podlewając w miarę potrzeby wodą. Gdy mięso zmięknie, dodać listek laurowy, estragon i 2-3 ziarna zmiążdżonego ziela angielskiego. Dusić jeszcze kilka minut. Miękkie mięso wyjąć. Uduszone warzywa przetrzeć przez sito lub zmiksować. Powstanie gęsty sos, który trzeba przyprawić do smaku solą i pieprzem. Do sosu włożyć mięso, zagrzać. Wyłożyć na ogrzany półmisek, posypać umytą posiekaną nacią pietruszki. Podawać z ziemniakami purée (1-1 1/2 łyżki na porcję) i z surówkami.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD