ZRAZY WOŁOWE DUSZONE Z GRZYBAMI

Dodano: 2010-01-01 17:40:16
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1403 razy.

60 dag wołowiny bez kości (zrazowa)
3-4 dag suszonych grzybów
20 dag cebuli
3 łyżki sosu sojowego
1/4 szklanki śmietanki (9% tłuszczu)
sól
pieprz
2 łyżki umytej posiekanej naci pietruszki

Mięso oczyścić, umyć, pokrajać w poprzek włókien na plastry, zbić tłuczkiem, oprószyć lekko pieprzem. Cebulę obrać, opłukać. Jedną cebulę posiekać jak najdrobniej, wymieszać z pietruszką, posolić. Gdy nieco zmięknie, nakładać równomiernie na plastry mięsa, zwinąć w ścisłe rulony. Przygotowane mięso lekko obrumienić na patelni do smażenia bez tłuszczu, przełożyć do rondla, podlać 3 łyżkami wrzącej wody i połową sosu sojowego, dodać resztę cebuli pokrajanej w piórka. Przykryć, dusić na małym ogniu. Grzyby umyć, osączyć, pokrajać w paski, włożyć do duszącego się mięsa, w miarę potrzeby podlewając wodą. Do miękkiego mięsa dodać śmietankę wymieszaną z resztą sosu sojowego i dusić jeszcze chwilę. Gotową potrawę wyłożyć na ogrzaną salaterkę i polać wytworzonym sosem. Podawać z dodatkiem ziemniaków z wody (1-2 szt. na porcję) lub z kaszą gryczaną (1 łyżka na porcję) i z surówką z kwaszonej kapusty.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD