
Gulasz wołowy z kartoflami 45 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1318 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag przedniej wołowiny bez kości

10 dag słoniny

40 dag cebuli

4 łyżki oleju

dobrego (np. sojowego)

1-2 łyżeczki słodkiej papryki mielonej (można dodać nieco ostrej)

1 szklanka wody

0,5 szklanki śmietanki

1 kg kartofli

sól i pieprz do smaku

Mięso i słoninę pokroić w słupki, oczyścić i pokroić cebulę. Rozgrzać w szybkowarze olej, włożyć i wymieszać mięso, słoninę i cebulę, posypać papryką, posolić i popieprzyć. Wlać wodę, zamknąć szybkowar i ogrzewać 35 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po tym czasie szybkowar otworzyć, włożyć oczyszczone i pokrojone kartofle. Zamknąć ponownie szybkowar i ogrzewać 10 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po ugotowaniu wymieszać ze śmietanką.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD