

---

# Pieczeń wołowa duszona 50 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1231 razy.

Kuchnia z szybkowaru

70 dag wołowiny bez kości

1 łyżka mąki

6 dag tłuszczu

2 duże cebule

sól do smaku

0,5 szklanki wody

Mięso obrać z błon, usunąć ścięgna, dobrze zbić tłuczkiem. Obsypać mąką i solą, obrumienić w szybkowarze na mocno rozgrzanym tłuszczu, wrzucić oczyszczoną i pokrojoną cebulę i razem zrumienić. Wlać wodę zamknąć szybkowar i ogrzewać 50 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po otwarciu szybkowaru zagęścić sos resztką mąki, jeżeli potrzeba dolać nieco wody.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD