# Pieczeń wołowa nadziewana 60 min

Dodano: 2010-01-01 17:40:17
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1369 razy.

Kuchnia z szybkowaru
80 dag wołowiny bez kości
4 dag smalcu
1 łyżka mąki; 0,5 szklanki wody
Farsz:
15 dag łopatki wieprzowej
2,5 czerstwej kajzerki
0,5 szklanki mleka
2 cebule
2 łyżki śmietany
2 jaja; sól
pieprz i zielenina do smaku

Wołowinę lekko rozbić, naciąć w 2 miejscach. Przygotować farsz. zemleć w maszynce mięso wieprzowe wraz z namoczoną i potem odciśniętą z mleka bułką, dodać 1 zrumienioną cebulę, posiekaną zieleninę, posolić i popieprzyć. Do nacięć w wołowinie włożyć przygotowany farsz oraz cząstki ugotowanych na twardo jajek. Mocno zwinąć i osznurować, po czym oprószyć solą i mąką i obrumienić w szybkowarze na rozgrzanym tłuszczu. Wlać wodę, włożyć drugą pokrojoną i zrumienioną cebulę, zamknąć szybkowar i ogrzewać 60 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.
Uwaga. Trzeba zaznaczyć, że jaja podczas długiego ogrzewania tracą na wartości odżywczej, można więc nie dawać ich do tej potrawy, jednak efekt wizualny i smakowy będzie wtedy gorszy.

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD