

---

# Zrazy warmińskie 20 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1226 razy.

Kuchnia z szybkowaru

60 dag wołowiny bez kości

1 płaska łyżka mąki

6 dag smalcu

2 spore cebule

1 kromka (5 dag) razowego żytniego chleba

10 dag wędzonego boczku

1 jajo

sól

pieprz i papryka mielona do smaku

Mięso pociąć w poprzek włókien na kawałki, rozbić , osolić i popieprzyć . Przygotować farsz. chleb namoczyć (np. w mleku), odcisnąć , dodać jajo, pokrojony w paseczki boczek, dodać sól, pieprz i paprykę, wyrobić . Rozsmarować farsz na każdym płacie mięsa, zwinąć w rulonik, obtoczyć w mące. W szybkowarze rozgrzać smalec, obrumienić na nim zrazy, wrzucić pokrojoną cebule i razem przesmażyć . Zalać całość wodą, zamknąć szybkowar i ogrzewać 20 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po otwarciu szybkowaru doprawić sos solą, pieprzem i resztą mąki.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD