

---

# Barszcz ukraiński 30 min

Dodano: 2010-01-01 17:43:12

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1942 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag kości, najlepiej szpikowych,

3 marchwie (20 dag),

1 kalarepka lub kawałek cukini (10 dag),

1-2 pietruszki (8-10 dag),

40 dag kartofli,

2 cebule,

2 ząbki czosnku,

2 goź dziki,

1,5 l wody,

1 średni burak ćwikłowy uprzednio upieczony lub ugotowany w skórce,

0,5 szklanki śmietany;

sól,

pieprz,

kwasek do smaku.

Kości i oczyszczone pokrojone warzywa (prócz buraka) włożyć do szybkowaru, zalać wodą, wrzucić przyprawy. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 25-30 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po tym czasie szybkowar otworzyć, wyjąć zbędne już kości, wrzucić do zupy obrany i utarty na tarce do jarzyn burak i gotować jeszcze 5 minut bez przykrywania. Włączyć rozbełtaną z niewielką ilością zupy śmietaną. Sprawdzić smak i ewentualnie doprawić solą i kwaskiem.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD