

---

# Barszcz ukraiński 45 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1699 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag kości, najlepiej szpikowych,

15 dag suchej, uprzednio namoczonej na noc (lub młodej, wtedy gotowanie trwa 30 minut) fasoli,

2 buraki ćwikłowe,

10 dag kapusty białej,

2 kartofle,

1-2 pomidory,

1 cebula,

2 marchwie,

2 pietruszki,

3 dag tłuszczu,

1 łyżka mąki,

0,5 szklanki śmietany,

0,5 listka laurowego,

1,2 l wody,

sól,

pieprz,

cukier,

kwasek do smaku.

Kości, fasolę (wraz z wodą, w której się moczyła) oraz oczyszczone i pokrojone warzywa (prócz cebuli) włożyć do szybko-waru, zalać wodą i doprowadzić do wrzenia. Wrzucić listek laurowy i pieprz (5-6 ziaren), zamknąć szybkowar i ogrzewać 45 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Oczyszczoną i pokrojoną cebulę zrumienić na tłuszczu, śmietanę wymieszać z mąką i wszystko razem połączyć z zupą. Doprawić solą, cukrem i kwaskiem. Uwaga. Pomidory lepiej pozbawić skórki przed gotowaniem (zanurzyć je we wrzątku, wtedy skórka łatwo schodzi).

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD