

---

# Flaki po lwowsku

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 4835 razy.

1 kg flaków wołowych lub cielęcych,  
20 dag kości wołowych,  
20 dag kapusty włoskiej,  
1 cebula,  
1/2 szklanki kwaśnej śmietany,  
2 łyżki masła,  
1/2 łyżki oleju,  
1/2 łyżki bułki tartej,  
1 łyżka mąki,  
1 łyżka parmezanu,  
1 łyżeczka słodkiej papryki,  
1/4 łyżeczki imbiru,  
1/8 łyżeczki mielonego kardamonu,  
1 listek laurowy,  
1/4 łyżeczki świeżo zmielonego pieprzu,  
sól.

Flaki dokładnie wyczyścić . Natrzeć solą i kilkakrotnie wypłukać pod bieżącą ciepłą wodą. Następnie zalać zimną wodą, zagotować i odcedzić . Powtórnie zalać zimną wodą, zagotować i odcedzić . Powtórnie zalać zimną wodą, zagotować i odcedzić . Następnie zalać zimną wodą i gotować do miękkości 3 - 4 godz. Następnie wystudzić i pokroić w cienkie paski.

Włoszczyznę oczyścić , umyć , zetrzeć na tarce do jarzyn i podsmażyć na 1 łyżce masła. Kapustę umyć i pokroić w szerokie paski. W 3 szklankach wody ugotować włoszczyznę i kości. Kości wyjąć . Do wywaru z włoszczyzną dodać flaki i przyprawy. Gotować jeszcze ok. 1 1/2 godz.

Cebulę obrać , opłukać , pokroić w cienkie krążki.

---

Podsmażyć na oleju, oprószyć mąką, zrumienić , dodać do flaków i zagotować . Śmietanę rozprowadzić rosołem z flaków i wymieszać z potrawą. Na końcu dodać parmezan

Na patelni zrumienić bułkę tartą i stopić pozostałą łyżkę masła.

Tuż przed podaniem połączyć flaki stopionym masłem z bułką tartą.