
Marchewka w sosie jabłkowo-migdałowym

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

Język: Polski

Odwiedzono: 1690 razy.

przygotowanie - 15 minut

gotowanie - 10 minut

porcja - 270 kalorii

dla 4 osób:

500 dag marchewki,

łyżka masła,

pęczek dymki,

6 plasterków bekonu,

jabłko,

garść płatków migdałowych,

łyżeczka soku z cytryny,

sól, pieprz, cukier

Marchewki obrać , obciąć zielone kiście, przy każdej zostawiając kilkucentymetrowe łodyżki. Dokładnie umyć .

Wodę zagotować , osolić , dodać masło. Wrzucić marchewki, gotować przez 10 minut.

Dymkę oczyścić , jabłko umyć , przekroić , wyciąć gniazdo nasienne.

Cebulkę, jabłko i bekon pokroić w kostkę jednakowej wielkości.

Bekon podsmażyć na suchej patelni, dodać jabłko i cebulkę. Dusić , mieszając przez 2 minuty.

Płatki migdałowe uprażyć bez tłuszczu na drugiej patelni, dodać do sosu. Przyprawić do smaku solą, pieprzem i szczyptą cukru.

Marchewki wyjąć z wody, wyłożyć na ogrzany półmisek, poleć ciepłym sosem

"Moje Gotowanie"