
Wołowina duszona z pomidorami i oliwkami

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2368 razy.

Porcja dla 5-6 osob. Czas przygotow. 3 godz.

1 kg rozbratla, karkowki lub rumsztyka,

100 g wedzonego boczku,

300 g pomidorow,

1 lyzka pasty pomidorowej,

100 g oliwek zielonych (bez pestek),

100 g oliwek czarnych (bez pestek),

250 ml czerwonego wina,

1 cebula,

3 zabki czosnku,

1/2 peczka zielonej pietruszki,

1 galazka tymianku,

1 lyzka maki,

5 lyzek oliwy,

sol, pieprz.

1. Mieso umyc w zimnej wodzie. Odciac zytki i nadmiar tluszczu. Pokroic w kostke o boku 3 cm.

2. Cebule obrac, oplukac, pokroic w plasterki. Czosnek obrac, drobno posiekac.

Zielona pietruszke oplukac, pokroic.

3. Boczek pokroic w cienkie plasterki i usmazyc na 1 lyzce oliwy. Wyjac, osaczyc z tluszczu.

4. W plaskim garnku mocno rozgrzac tluszcz. Wrzucic mieso, zrumienic, posypac

maka, dodac cebule, smazyc przez chwile. Dodac boczek, wino i 1 lyzke pasty

pomidorowej. Przykryc, dusic na malym ogniu 2 godz.

5. Pomidory sparzyc wrzatkiem, zdjac skorke, pokroic na male kawalki, usunac

pestki. Dodac do miesa razem z oliwkami i tymiankiem. Dusic jeszcze 15 min.

Przed podaniem posypac zielona pietruszka.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 28 "Cielęcina i wołowina", strona 48.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)