# Schab w sosie arabskim

Dodano: 2000-08-20 00:00:00
Język: Polski
Odwiedzono: 4778 razy.

Skladniki [u mnie dla 2 osob]:

8 plastrow schabu bez kosci [grubosc ok 1--1.5cm]

paczka fig

4 male cebulki [najlepiej od razu szalotki]

3 lyzki octu winnego [ze wskazaniem na czerwony]

3 lyzki oliwy

lyzka masla

kieliszek wina [ze wskazaniem na czerwone]

sol, pieprz do smaku

Sposob wykonania:

1. Figi umyc, osuszyc i pokroic na kawalki

2. Cebulki obrac, pokroic w piorka

3. Mieso przyprawic sola i pieprzem, rzucic nie rozbijane na rozgrzany olej, zrumienic ladnie, zdjac i trzymac w cieple

4. Do pozostalego na patelni tluszczu dodac: maslo, ocet, cebulki, po chwili takze figi i wino, przyprawic sola i pieprzem.

5. Po kilku minutach wlozyc mieso i dusic jeszcze kilka minut, zeby wszystko soba nawzajem ,,przesiaklo"

6. Podawac od razu z ryzem lub kasza kus-kus.

Ja podaje z kus-kus wymieszana z podobnie do arabskiego przygotowanym ,,sosem": cebulka+rodzynki [mniej wiecej po rowno...

Calosc trwa jakies 20 minut, wiec... smacznego;)))

From: kasprzak@ajax.umcs.lublin.pl (Jolanta Kasprzak)

A od kiedy to Arabowie jedzą wieprzowinę?! Mahomet zabrania świniny.
Nadesłał(a):nel 2006-06-02 14:06:19

czy arabskie kraje wszystkie sa muzulmanskie??
Nadesłał(a):klutliwy 2007-08-05 23:08:43