
Schab w sosie arabskim

Dodano: 2000-08-20 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 4696 razy.

Składniki [u mnie dla 2 osob]:

8 plastrow schabu bez kości [grubość ok 1--1.5cm]

paczka fig

4 małe cebulki [najlepiej od razu szalotki]

3 łyżki octu winnego [ze wskazaniem na czerwony]

3 łyżki oliwy

łyżka masła

kieliszek wina [ze wskazaniem na czerwone]

sol, pieprz do smaku

Sposób wykonania:

1. Figi umyć, osuszyć i pokroić na kawałki
2. Cebulki obrać, pokroić w piórka
3. Mieso przyprawić solą i pieprzem, rzucić nie rozbijane na rozgrzany olej, zrumienić ładnie, zdjąć i trzymać w ciepłe
4. Do pozostałego na patelni tłuszczu dodać: masło, ocet, cebulki, po chwili także figi i wino, przyprawić solą i pieprzem.
5. Po kilku minutach włożyć mięso i dusić jeszcze kilka minut, żeby wszystko sobą nawzajem „przesiakło”
6. Podawać od razu z ryżem lub kaszą kus-kus.

Ja podaje z kus-kus wymieszana z podobnie do arabskiego przygotowanym „sosem”:
cebulka+rodzynki [mniej więcej po równo...

Całość trwa jakieś 20 minut, więc... 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 są muzułmańskie??

Nadesłał(a):klutliwy 2007-08-05 23:08:43