



Tekst i zdjęcie: **maQ** - Szef Kuchni (1180)

Zraz mielone duszone

Zamiast samej wołowiny może być mięso
wołowo-wieprzowe, cielęce, cielęco-wieprzowe

Składniki:

- wołowina , 40 dag
- czerstwa bułka, 8 dag
- mleko, 1 szkl.
- jajka, 1 szt.
- posiekany koper, 2 łyżk.
- sól, 1 szczypta
- mielony pieprz, 1 szczypta
- mąka , 2 dag
- smalec, 5 dag
- śmietana, 5 dag

Sposób przygotowania:

Czerstwą bułkę namoczyć w mleku i odcisnąć. Mięso, bułkę i jajko połączyć, dodać nać pietruszki i przyprawy. Z dokładnie kulki lub kotlety i obtoczyć je w mące. Smalec silnie rozgrzać na patelni i obsmażyć zrazy do zrumienienia ze wszystkich stron, po czym ułożyć w płaskim rondlu w jednej warstwie, wlać tłuszcz z patelni, dodać szklankę wody lub wywaru (pozostałego z gotowania innej potrawy), przykryć i udusić na słabym ogniu do miękkości. Należy uważać, aby zrazy nie przypaliły się w czasie duszenia. Wyparowany płyn stopniowo uzupełniać wodą lub wywarem. Do sosu naturalnego, powstałego w czasie duszenia, dodać śmietanę, wymieszać i rozgrzać. Zrazy podawać z makaronem.

