



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

Cielęcina (wołowina, wieprzowina) z fasolki szparagowej

Podawać z ziemniakami lub z pieczywen i surówką z marchwi.

Składniki:

- cielęcina , 50 dag
- smalec, 3 dag
- cebula, 8 dag
- sól, 1 szczypta
- mielona papryka, 1 szczypta
- fasola szparagowa, 75 dag
- koncentrat pomidorowy, 9 dag
- natka pietruszki, 1 szt.
- kwaśna śmietana, 10 dag

Sposób przygotowania:

Mięso pokrajać na kawałki jak na gulasz, osolić i obsmażyć na patelni na silnie rozgrzanym tłuszczu, po czym przełożyć do rondla, pozostawiając tłuszcz na patelni. Cebulę pokrajać w drobną kostkę i zasmażyć razem z papryką w pozostałym na patelni tłuszczu, następnie przełożyć do rondla z mięsem, wlać 1,5—2 l wody, gotować pod przykryciem na słabym ogniu. Fasolkę szparagową opłukać, oczyścić z włókien, usunąć zakończenia strąków i pokrajać na kawałki długości ok. 3 cm. Do prawie miękkiego mięsa dodać fasolkę i razem ugotować. Koncentrat pomidorowy rozrzedzić zimną wodą, wlać do rondla z mięsem i zagotować. Potrawę na talerzach posypać posiekaną nacią pietruszki i polać śmietaną lub jogurtem.

