



Tekst i zdjęcie: **frater007** - Szef Kuchni (1330)

Mięso duszone sposobem włoskim

Zieleninka do smaku

Składniki:

- ząbek czosnku, 1 szt.
- liście laurowe, 1 szt.
- pieprz, 1 szczypta
- sól, 1 szczypta
- natka pietruszki, 2 g
- koncentrat pomidorowy, 10 g
- mąka , 2 g
- cebula, 20 g
- olej, 15 g
- mięso, 700 g
- pieczarka, 100 g

Sposób przygotowania:

Mięso oczyścić, opłukać, podzielić na porcje i ugotować. Cebulę drobno pokroić i udusić na tłuszczu, dodać mąkę i smażyć na złoty kolor. Do cebuli dodać koncentrat pomidorowy, ząbek czosnku razem z łuską (dobrze umyć), pokrojone pieczarki, liść laurowy, pieprz i sól, a następnie poddusić. Mięso wyjąć z wywaru, podsmażyć na tłuszczu, żyć z powrotem do wywaru, dodać cebulę z przyprawami i do miękkości. Podawać na gorąco z dodatkami posypane natką pietruszki.

