Tekst i zdjęcie: **bolek** - Srebrny Szef Kuchni (1530)

Pieczeń wołowa duszona w sosie naturalnym

Sprawdza się na obiedzie rodzinnym

Sposób przygotowania: duszone

☑ idealne dla dzieci

Składniki:

- liść bobkowy, 1 szt.
- ziele angielskie, 1 szczypta
- suszony grzyb, 1 dag
- mąka , 1 dag
- wołowina , 1 kg
- tłuszcz, 5 dag
- cebula, 5 dag

Sposób przygotowania:

Mięso opłukać, mocno pobić tłuczkiem, posolić. Rozgrzać tłuszcz na patelni, włożyć mięso i obrumienić je szybko ze wszystkich stron. Mięso przełożyć do dopasowanego wielkością naczynia, dodać tłuszcz, cebulę, grzyby opłukane, podlać wodą i dusić powoli pod przykryciem (około 1.5 godz.); mięso w czasie duszenia przewracać, a odparowany sos skrapiać zimną wodą. Gdy mięso jest miękkie, sos podprawić mąką, zagotować, przetrzeć. Miękkie mięso pokrajać ostrym nożem na cienkie płaty w poprzek włókien, skrawając je ukośnie od powierzchni ku podstawie mięsa; ułożyć w całość na długim półmisku nie mieszając kolejności kawałków, oblać gorącym sosem. Podawać z ziemniakami, makaronem i wszelkiego rodzaju warzywami.