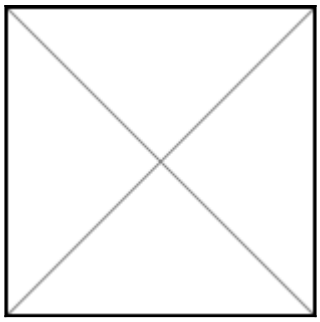

Tekst i zdjęcie: **bolek** - Srebrny Szef Kuchni (1530)

Wołowina duszona w warzywach

Może być również cielęcina lub króliki

Składniki:

- przecier pomidorowy, 5 dag
- liść bobkowy, 1 szt.
- cebula, 10 dag
- pietruszka, 5 dag
- seler, 10 dag
- fasola szparagowa, 20 dag
- marchew, 15 dag
- kapusta, 50 dag
- sól, 1 szczypta
- mąka , 3 dag
- słonina, 10 dag
- wołowina , 1 kg

Sposób przygotowania:

Warzywa opłukać, oczyścić, pokrajać w dość duże kawałki (2 cm długości), aby się nie rozgotowały. Mięso opłukać, wyporcjować, krając na kawałki jednakowego kształtu i wielkości, oprószyć solą, papryką i mąką, i osmażyć na tłuszczu z obu stron na rumiano, przełożyć do rondla, podlać trochę wodą i dusić. Warzywa układać w rondlu odpowiedniej wielkości, przekładając je prawie zupełnie ugotowanym mięsem i przyprawami, zalać niedużą ilością wrzącego rosołu z mięsa lub wodą i razem ugotować powoli pod przykryciem do miękkości. Miękkie warzywa i mięso podprawić mąką pozostałą z opróżenia, rozmieszaną z wodą i pomidorami, zagotować, przyprawić do smaku. Podawać z ziemniakami lub fasolą na sypko.