



Tekst i zdjęcie: **fredekgotuje** - Kuchcik (78)

Indyk duszony w warzywach.

Smaczny indyk w warzywach, szybko i zdrowo.

Czas przygotowania: ponad godzinę

Stopień trudności: Łatwe

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: duszone

Składniki:

- mielony pieprz, 0 szczypta
- sól, 0 szczypta
- pieczarka, 250 g
- masło klarowane, 3 łyżecz.
- krojone pomidory w puszcze, 250 g
- czosnek, 4 szt.
- seler, 1 szt.
- cukinia, 2 szt.
- pietruszka, 1 szt.
- marchew, 3 szt.
- pierś z indyka, 750 g

Sposób przygotowania:

Zapraszam na mój kanał.Trzemy na grubych oczkach:marchewselerpietruszkę.Cukinia:przeciąć wzdłuż na pół i następnie na cienkie plasterki.Pieczarki:obrywamy nóżki, myjemy i kroimy w zależności od ich wielkości i upodobań.Na patelni rozgrzewamy 2 łyżeczki masła klarowanego i wrzucamy potarte warzywa i dusimy al dente.Na drugiej patelni, dajemy łyżeczkę masła klarowanego i wrzucamy pieczarki i dusimy.Teraz jest czas na przygotowanie indyka, obieramy i wycinamy błonki i to co nam przeszkadza. Kroimy na kawałki(film). Dajemy pieprz i sól. Zostawimy do czasu gdy warzywa będą gotowe z pieczarkami.Gdy warzywa są gotowe dodajemy pieczarki i dusimy wszystko jeszcze chwilę. Do naczynia żaroodpornego układamy warstwowo na zmianę, warzywa i indyka. Naczynie zakryte wkładamy do piekarnika. Turbo obieg, 180/ około 45 minut/ środkowa półka. Podajemy z ryżem, ziemniakami, pieczywem/ kaszą. Smacznego

