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

Wieprzowina duszona w warzywach

W ten sposób można przyrządzić także mięso wołowe, cielęce, rybę.

Sposób przygotowania: duszone

Składniki:

- wieprzowina , 75 dag
- tłuszcz, 4 dag
- fasola, 15 dag
- kapusta, 30 dag
- seler, 10 dag
- pietruszka, 10 dag
- marchew, 2 dag
- cebula, 5 dag
- fasola szparagowa, 10 dag
- przecier pomidorowy, 5 dag
- śmietana, 15 dag
- sól, 1 szczypta
- natka pietruszki, 1 szt.

Sposób przygotowania:

Fasolę przebrać, opłukać, namoczyć na noc, następnego dnia ugotować w tej wodzie, w której się moczyła, odcedzić, wywar wlać do warzyw. Włoszczyznę i cebulę opłukać, oczyścić, pokrajać w grube krążki, kapustę pokrajać w dużą kostkę. Mięso opłukać, pokrajać w kawałki, posolić, oprószyć mąką i pieprzem, osmażyć na tłuszczu. Włoszczyznę i mięso układać warstwami w rondlu, zalać tłuszczem pozostałym ze smażenia, dodać trochę wody i ugotować pod przykryciem. Gdy warzywa i mięso są już miękkie, wymieszać je z ugotowaną fasolą i pomidorami, dodać soli i pieprzu do smaku. Potrawę tę można podprawić śmietaną. Podawać z ziemniakami i ogórkiem kiszonym, mizerią, ćwikłą, zieloną sałatą. W ten sposób można przyrządzić także mięso wołowe, cielęce, rybę. Rybą po sprawieniu i podzieleniu na porcje włożyć na wierzch podprawionych już i gotowych warzyw i parą razy powoli zagotować. Wyporcjować rybą na talerze i na wierzch położyć warzywa.