

## Doradca Smaku X: Boeuf Stroganow, odc. 18



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

<b>polędwica wołowa</b>	300 gramów
<b>olej rzepakowy</b>	80 mililitrów
<b>musztarda rosyjska Prymat</b>	4 łyżeczki
<b>cebula</b>	1 sztuka
<b>pieczarki</b>	8 sztuk
<b>mąka pszenna</b>	2 łyżki
<b>koncentrat pomidorowy</b>	2-3 łyżeczki
<b>wino czerwone wytrawne</b>	150 mililitrów
<b>wywar wołowo-warzywny</b>	500 mililitrów
<b>śmietana</b>	1 łyżka
<b>ogórki kwaszone Smak</b>	2-3 sztuki
<b>natka pietruszki</b>	do dekoracji

#### Do smaku:

**papryka słodka**

**sól morska**

**Pieprz czarny- MŁYNEK**

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

**Wywar wołowo-warzywny:**

Na 500 ml wywaru wołowo-warzywnego: 1 pręga wołowa, włoszczyzna, prażona cebula, czosnek, 3 liście laurowe, 5-6 ziaren ziela angielskiego (całość gotujemy przez około 3 godziny).

**Boeuf Stroganow:**

Polędwicę kroimy na cienkie plastry, następnie na drobne paski. Do miski wlewamy 50 ml oleju, dodajemy musztardę i mieszamy. Do marynaty dodajemy mięso i mieszamy. Cebulę kroimy w kostkę. Pieczarki kroimy w plastry. Do rozgrzanego garnka wlewamy 30 ml oleju rzepakowego, dodajemy cebulę, pieczarki, doprawiamy słodką czerwoną papryką i mieszamy. Mięso oprószamy mąką i znów mieszamy. Do garnka z podsmażonymi warzywami dodajemy zamarynowane mięso i mieszamy smażąc na małym ogniu. Dodajemy koncentrat pomidorowy i dokładnie mieszamy, podlewając czerwonym winem i czystym rosółem wołowo-warzywnym. Doprawiamy solą i pieprzem. Całość mieszamy. Ogórki kroimy w paski. Na głęboki talerz nakładamy danie, na środek kładziemy łyżkę kwaśniej śmietany, na wierzchu układamy pokrojone ogórki i dekorujemy natką pietruszki.