

Flaki wołowe z wieprzowym mięsem



IKRAKOWIANKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mięso wieprzowe	0,5 kg
flaki	80 dag (wołowe oczyszczone)
marchewka	1 szt
pasternak	0,5 szt
czosnek	1 ząbek
Liść laurowy suszony Prymat	2 szt
ziele angielskie	4-5 szt
Majeranek suszony Prymat	1 łyżka
Papryka wędzona słodka mielona Prymat	1 łyżeczka
sól do smaku	
pieprz	do smaku
sos sojowy	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Mięso umyć, zalać wodą, dodać liście laurowe, angielskie ziele, sól i ugotować. Następnie oddzielić od kości, pokroić w słupki.

KROK 2 Do drugiego garnka włożyć dokładnie umyte flaki, zalać wodą. Po zagotowaniu przelać na sito i przepłukać pod bieżącą wodą.
(Czynność tę powtórzyć 3 razy.)

Do wywaru z mięsa dodać obgotowane flaki i gotować około 1,5 godziny.

Po upływie połowy czasu do flaków wsypać obrane i pokrojone warzywa, posiekany czosnek. Pod koniec gotowania dodać majeranek.

KROK 3 Do miękkich flaków wsypać pokrojone, ugotowane mięso, mieloną paprykę i przyprawić do smaku solą, pieprzem i sosem sojowym, zagotować, podawać.