

gulasz drobiowy z zieloną fasolką...



W MOJEJ KUCHNI



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mięso gulaszowe z indyka	70 dag
mąka tortowa	5 łyżek
masło klarowane	2 łyżki
cebula	1 sztuka
ząbki czosnku	4 sztuki
Liść laurowy suszony Prymat	2 sztuki
ziele angielskie	4 sztuki
kostka rosołowa	1 sztuka
Kucharek przyprawa do potraw	2 łyżeczki
mrożona fasolka szparagowa	1 opakowanie
woda	1 litr
Pieprz czarny mielony Prymat	- ile potrzeba
koperek	1/2 pęczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 na maśle klarowanym podsmażyć na rumiano pokrojone na kawałeczki mięso gulaszowe z indyka obsypane dobrze mąką, z liśćmi laurowymi i ziele angielskim, dodać pokrojoną cebulę i pokrojone ząbki czosnku
- KROK 2 wsypać mrożoną fasolkę szparagową zieloną i podsmażać z 3 minuty mieszając

- KROK 3 dodać kostkę rosołową, kucharka, wlać wodę i gotować na średnim ogniu bez przykrycia z 20 minut, część wody odparuje i sos będzie zagęszczony odpowiednio, na koniec wsypać mielony pieprz i posiekany koperek, zamieszać
- KROK 4 pyszny, lekki gulasz podawać z czym się lubi.....SMACZNEGO!!!