

## Mój przepis na...: Duszone żeberka wieprzowe na dziko, odc. 2



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

## SKŁADNIKI

### Lista składników

<b>żeberka wieprzowe</b>	1 kg
<b>cebula</b>	1 sztuka
<b>papryka czerwona</b>	1 sztuka
<b>seler naciowy</b>	1 sztuka
<b>marchew</b>	1 sztuka
<b>natka pietruszki</b>	pećzek
<b>mąka pszenna</b>	do oprószenia mięsa
<b>rosół z kury Kucharek</b>	1 l
<b>kapary</b>	1 łyżki
<b>wino czerwone wytrawne</b>	1 szklanka
<b>śmietana 18 proc</b>	1 szklanka
<b>papryka słodka mielona</b>	szczypta
<b>pieprz czarny mielony</b>	szczypta
<b>sól morska</b>	szczypta
<b>olej rzepakowy</b>	łyżka
<b>kasza jęczmienna</b>	200 g

### Marynata

<b>Przyprawa do dziczyzny</b>	1 op.
<b>ocet winny</b>	1 łyżka

<b>olej rzepakowy</b>	1/2 szklanki
<b>miód gryczany</b>	1 łyżka
<b>musztarda rosyjska</b>	1 łyżka

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

### Kroki postępowania

- KROK 1 Przygotowujemy składniki.
- KROK 2 Marynata: w misce dokładnie mieszamy wszystkie składniki marynaty i wkładamy do niej podzielone na mniejsze kawałki żeberka. Miskę przykrywamy folią spożywczą i odstawiamy do lodówki na min. 1 godzinę.
- KROK 3 Cebulę i paprykę kroimy w grubszą kostkę, seler i marchew w plastry, a natkę pietruszki drobno siekamy.
- KROK 4 Zamarynowane żeberka obtaczamy w mące i podsmażamy na patelni z rozgrzanym olejem rzepakowym przez ok. 2-3 min z każdej strony. W trakcie smażenia smarujemy żeberka marynatą, która dodatkowo wzmocni smak mięsa. Do gęsiarki wlewamy połowę rosołu i przekładamy do niej obsmażone żeberka. Żeberka polewamy resztą rosołu, na wierzch wykładamy pokrojone warzywa, dodajemy 1 łyżkę miodu, pozostałą w misce marynatę i kapary. Całość dusimy przez ok. 45 - 60 minut. Po tym czasie wlewamy wino i chwilę odparowujemy. Całość przyprawiamy do smaku słodką papryką.
- KROK 5 Gotowe żeberka podajemy na kaszy posypanej natką pietruszki z uduszonymi warzywami oraz porcją kwaśnej śmietany.