

Moja karkówka z pysznym sosem.



IZABELA/BELLA81



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Sól czosnkowa jodowana Prymat

Majeranek suszony Prymat

Pieprz kolorowy ziarnisty Prymat

Zioła prowansalskie suszone Prymat

uniwersalna przyprawa warzywna

Papryka ostra mielona Prymat

margaryna

woda

mąka

karkówka

bez kości

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso podzielić na plastry i natrzeć wszystkimi przyprawami. Następnie włożyć na roztopioną margarynę i smażyć z obu stron pod przykryciem. Po ok 30 min. takiego smażenia podlać wodą i dusić do miękkości. Sos zaciągnąć wodą z mąka (1,5 łyżki mąki na większą połowę szklanki wody).