

Golonka z warzywami



ZEWA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Liść laurowy suszony Prymat	2 szt
czosnek	2 ząbki
ziele angielskie	2 szt
sól do smaku	
pieprz do smaku	
mąka do obtaczania	
oliwa	5 łyżek
marchew	4 szt
pietruszka	2 szt
seler mały	1 szt
por	10 cm
natka pietruszki	
golonka	2 tylna
Papryka ostra mielona Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Golonki umyć, włożyć do garnka, zalać wodą i dodać czosnek, liść laurowy, ziele angielskie i dobrze posolić. Gotować na małym ogniu do miękkości. Wyjąć golonki z wywaru, lekko przestudzić, przekroić na pół między kośćmi. Posypać papryką, pieprzem i obtoczyć w mące. Na rozgrzanej patelni obsmażyć na złoty kolor golonki (należy uważać, bo skóra podczas podpiekania lubi strzelać i można się poparzyć). Warzywa oczyścić, pokroić w dość grube kawałki i podsmażyć na oliwie. Do warzyw włożyć podsmażone golonki, podlać wywarem z gotowania golonki i dusić przez około 20 minut.