

grzyby duszone



KATARZYNA/KATE1980



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

cebula	2
czosnek	1-2 ząbki
Szczypiorek cienki	
masło	3 łyżki
mąka	1 łyżeczka
sól i pieprz do smaku	
śmietana	1 szklanka
miód	1 łyżka
olej	
sos sojowy	1 łyżka
fasolka szparagowa	25 dag
grzyby leśne	60 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Warzywa posiekać podobnie jak grzyby. Dodać czosnek. Fasolkę gotować ok. 2 minut. na patelni rozgrzać masło, zeszklić cebulę i czosnek. Dodać grzyby i smażyć ok. 10 minut. oprószyć mąką zasmażyć. Dodać śmietanę i szklankę wody. Dusić ok. 8-10 minut. doprawić sosem i miodem. Dusić ok. 5 minut. warzywa podsmażyć na oleju ok. 5 minut. a następnie połączyć z grzybami. Doprawić do smaku.