

potrawka grzybowa z miodem



MIROSŁAWA4



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

cebula	2 szt.
czosnek	1 ząbek
fasolka szparagowa zielona	1/4 kg.
masło	3 łyżki
Przyprawa curry orientalna Prymat	1 łyżeczka
mąka	1 łyżeczka
śmietana	1 szkl.
sos sojowy	1 łyżka
miód pszczeli	1 łyżka
sól i pieprz	
grzyby leśne	3/4 kg.
papryka	3 szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

grzyby oczyścić umyć i pokroić, cebule i czosnek obrać i posiekać, papryki przekroić wzdłuż usunąć gniazda nasienne, fasolkę oczyścić o odgotować w osolonym wrzątku ok. 3 min. grzyby usmażyć razem z cebulą i czosnkiem przez ok. 10 min. oprószyć je curry i mąką zasmażyć dolać szklanek wody wymieszać i zagotować dusić jeszcze pod przykryciem ok. 8 min. dolać śmietanę przyprawić do smaku sosem sojowym i miodem wymieszać i dusić jeszcze 5 min. na drugiej patelni usmażyć pokrojone warzywa dodać je do grzybów wymieszać doprawić solą i pieprzem mocno podgrzać od razu podawać.