Duszone mięso wieprzowe

BETKA

CZAS PRZYGOTOWANIA POWYŻEJ 1H

ILOŚĆ PORCJI 5+

SKŁADNIKI

schab bez kości	0,5 kg
karczek	0,5 kg
czosnek	6 ząbków
cebula biała	3 sztuki
przyprawa do golonki Prymat	do smaku
olej roślinny	3 łyżki
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso wieprzowe kroimy na kawałki, wrzucamy do blaszki i zalewamy wodą.

Lekko je solimy. Dusimy pół godziny.

W tym czasie obieramy czosnek, który dodajemy do mięsa.

Obieramy cebulę, kroimy w piórka i dodajemy do mięsa.

Dusimy. Po około 30-40 minutach zdejmujemy pokrywkę i czekamy aby wyparowała woda.

Jeśli nie mamy tłuszczu, dodajemy troszkę oleju i podsmażamy do czasu aż mięso będzie miękkie.

Na koniec doprawiamy je przyprawą do golonki, solą i pieprzem.

Takie mięsko świetnie smakuje z ziemniakami lub ryżem.
Smacznego!