

Wołowina duszona w warzywach



MAŁPECZKA18



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

wołowina	50 dag
2 cebule	
ziemniaki	50 dag
2 marchwie	
3-4 łyżki mąki	
2-3 ząbki czosnku	
2 listki laurowe	
2 łyżki posiekanej natki pietruszki	
sól, pieprz	
pieczarki	20 dag
bulion warzywny	2 szklanka
olej	4 łyżki
rozmaryn	2 gałązki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziemniaki i marchew obrać, opłukać, pokroić na plasterki. Mięso pokroić w kostkę oprószyć mąką, obsmażyć na oleju razem z obranymi i posiekanymi cebulą oraz czosnkiem. Przełożyć do żaroodpornej formy. Tak samo obsmażyć ziemniaki i marchew oraz pokrojone na cząstki pieczarki. Warzywa i pieczarki dodać do mięsa. Włożyć gałązki rozmarynu i listki laurowe. Wlać gorący bulion. przykryć i wstawić do piekarnika nagrzanego do 200 st. Piec około 50 minut. Posypać posiekaną natką pietruszki.