

Bitki Eli z karczku



ELI_555



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

plastry karczku	5 sztuki
sól	do smaku
czosnek	5 ząbków
kostka mięsna	1 sztuka
mąka pszenna	
olej do smażenia	
cebula	1 sztuka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Umyte plastry karczku osuszyć papierowym ręcznikiem. Rozbić lekko tłuczkiem, posolić, popieprzyć i oprószyć przyprawą do grilla z obu stron. Obtoczyć w mące (strzepać nadmiar mąki) i obsmażyć na gorącym oleju z obu stron na rumiano. Cebulę drobno posiekać, czosnek przecisnąć przez praskę. Cebulę i czosnek dodać do mięsa, chwilę jeszcze smażyć. Podlać wodą, dodać kostkę mięsną i dusić (od czasu do czasu podlewać wodą) do miękkości. Wyjąć bitki, mąkę pozostałą po obtoczeniu mięsa wymieszać z wodą i wlać do sosu. Jeszcze chwilę pogotować. Smacznego!