

## SZTUKA MIĘSA W SOSIE WŁASNYM



### MYSZA620



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>karkówka</b>	60 dkg
<b>cebula biała</b>	2 szt
<b>sól do smaku</b>	
<b>Pieprz czarny mielony Prymat</b>	
<b>Papryka słodka mielona Prymat</b>	
<b>Papryka ostra mielona Prymat</b>	
<b>Majeranek suszony Prymat</b>	
<b>Zioła prowansalskie suszone Prymat</b>	
<b>czosnek</b>	5 ząbków
<b>olej rzepakowy</b>	
<b>whisky</b>	50 g
<b>mąka pszenna</b>	1 łyżka

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

- KROK 1 Karkówkę wymyć, pokroić w plastry, cebulę obrać
- KROK 2 Wszystkie przyprawy w tównych częściach wymieszać ze sobą, dodać pół szklanki oleju i rozdrobniony czosnek. Tak przygotowana marynata natrzeć mięso ,i odstawić do lodówki na conajmniej 2 godziny. Po tym czasie rozgrzać patelnię i wrzucić na kawałki mięsa.
- KROK 3 Podsmażyć z każdej strony, następnie dodać pokrojona w półksiężycy cebulę, Dusić pod przykryciem do momentu, aż cebulka zrobi się miękka.

**KROK 4**

Dodać kieliszeczek whisky, chwilę poddusić, po czym zalać mięso wodą i dusić do czasu aż mięsko zrobi się miękkie. W pół szklanki zimnej wody rozbełtać 1 łyżkę mąki, wlać to do gotującego się sosu by trochę zgęstniał. W razie potrzeby doprawić do smaku