Cymes wołowy

MICO

CZAS PRZYGOTOWANIA
1H

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

wołowina	0,5 kg
ziemniaki	6 szt.
marchewki	6 szt.
seler korzeniowy	2 plastry
cukier	3/4 szklanki
cynamon Prymat	do smaku
Gałka muszkatołowa mielona Prymat	do smaku
rozmaryn	do smaku
sól	do smaku
woda	1 szklanka
oliwa	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Wołowinę kroimy w kosteczkę jak na gulasz, solimy i pieprzymy. Przesmażamy w garnku na oliwie, dodaljemy ze 3 łyżki wody i dusimy aż zmięknie - jakieś 1,5 godziny. Następnie dodajemy cukier, mieszając dokładnie, żeby cukier się ładnie roztopił i oblepił mięso. Dolewamy wody i czekamy aż się zagotuje. Wtedy do gara wrzucamy obrane i posiekane warzywa.

Doprawiamy całość wg.smaku cynamonem, startą gałką muszkatołową i rozmarynem, solą, pieprz oraz szczypta ostrej papryki.
Całość przykrywamy i dusimy około godziny, dolewając wody kiedy odparuje zanadto. Gdy wszystko będzie już miękkie całość rozgniatamy na coś w rodzaju puree.
Przekładamy do formy do zapiekania i wstawiamy do piekarnika rozgrzanego na 210 oC na jakieś 15-20 min.

Radzę podawać z jakąś kwaskowatą i orzeźwiającą sałatką, np z kwaśnych jabłek i marchewki, skropioną sokiem z cytryny i oliwą.
Bo danie jest słodkie, słodkie, słodkie.
I sycące.