

potrawka z brukselki



PCHELKA79



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

brukselka	1 kg
marchew	6 sztuk
biodrówka	500 g
woda	2 litry
koncentrat pomidorowy	1/3 szklanki
czosnek ząbki	
śmietana	2 łyżki
mąka ziemniaczana	2 łyżeczki
koper świeży	
włoszczyzna	
sól	
Papryka ostra mielona Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. mięso gotujemy w wodzie z włoszczyzną i solą przez 30 min,
2. po czasie mięso wyjmujemy do ostygnięcia, włoszczyznę usuwamy,
3. do gotującej się wody dodajemy oczyszczoną brukselkę,
4. marchewkę obieramy i kroimy w cienkie plasterki dodajemy do brukselki,
5. z mięsa usuwamy kość i kroimy w kostkę dodajemy do garnka,
6. całość potrawy przyprawiamy i gotujemy kolejne 20 min,
7. koncentrat mieszamy ze śmietaną, dodajemy do potrawy,
8. mąkę mieszamy z małą ilością zimnej wody i również dodajemy,
9. na koniec gotowania dodajemy posiekany koperek.