

Jaglana po meksykańsku



JADWIGA/JAGA85



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kasza jaglana	3/4-1 szklanki
przecier pomidorowy	3 szklanki
cebula	2 sztuki
ząbki czosnku	2-3 sztuki
mięso mielone wieprzowe	0,5 sztuki
sól i pieprz	
oregano	
kurkuma	1/3 łyżeczki
natka pietruszki	
olej	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Mięso mielone przysmażamy na patelni. W trakcie smażenia dodajemy do niego przeciśnięty przez praskę czosnek oraz sól i pieprz do smaku.
- KROK 2 Cebulę obieramy, kroimy w kostkę i delikatnie rumienimy w oddzielnym garnku
- KROK 3 Gotową zalewamy przecierem pomidorowym i razem podgrzewamy około 10 minut. Do tak przygotowanego przecieru dodajemy kaszę jaglaną. Przecier wraz z kaszą gotujemy około 20 minut. W miarę jak kasza będzie wchłaniać płyn dolewamy wodę lub jeszcze przecier. Wszystko zależy jaką chcemy uzyskać końcową konsystencję dania i czy ma być ono mocno pomidorowe.
- KROK 4 Gdy kasza jest miękka dodajemy do niej przygotowane mięso.

KROK 5

Całość mieszamy i przyprawiamy do smaku wyżej podanymi przyprawami. Na koniec dodajemy odsączoną z zalewy sałatkę meksykańską oraz natkę pietruszki. Całość mieszamy i gotowe.