

zrazy wołowe



EWA99



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mięso bez kości	60 dag
masło	6 dag
mąka	3 dag
Bułka tarta klasyczna Prymat	5 dag
cebula	5 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso pokroić na szerokie plastry. Każdy z nich pobić tłuczkiem na cienkie płyty. Cebulę drobno posiekać i zmieszać z masłem i tartą bułką na jednolitą masę. Dodać przyprawy. Przygotowaną masę wysmarować płyty mięsa, zwinąć je w ruloniki, posolić i obtoczyć w mące, spiąć wykałaczką. W dużym naczyniu rozgrzać tłuszcz i powoli je usmażyć, dodać wody i dusić pod przykryciem przez ponad godzinę. Pod koniec duszenia oprószyć mięso mąką, osolić, do sosu po duszeniu dodać wodę i mąkę, aby zagęścić sos.