

Doradca Smaku VIII: Gicz cielęca w sosie pomidorowo-musztardowym, odc. 29



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

gicz cielęca	2 plastry z kością
seler	1 szt.
cebula	2 szt.
marchewka	1 szt.
czosnek	1 ząbek
oliwa	1 łyżka
bulion warzywny	100-150 ml
pomidory pelati	1 puszka
Musztarda sarepska Prymat	2 łyżeczki

Do smaku

Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat

Pieprz czarny mielony Prymat

Liść laurowy suszony Prymat

tymianek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Seler, cebule, marchewkę i czosnek kroimy w kostkę.
- KROK 2 Gicz cielęcą doprawiamy solą i pieprzem. Na rozgrzanej patelni z odrobiną oliwy smażymy plastry giczy, aż będą rumiane.
- KROK 3 Następnie przekładamy mięso na talerz i na tej samej patelni przez 3–4 minuty smażymy seler z liściem laurowym. Następnie dodajemy marchewkę, cebulę i czosnek. Dolewamy bulion warzywny, doprawiamy suszonym tymiankiem i dokładnie mieszamy. Na koniec dodajemy pomidory pelati (wraz z zalewą) i musztardę. Całość dusimy przez kilka minut.
- KROK 4 Warzywa przekładamy z patelni do naczynia żaroodpornego, na to układamy usmażone plastry giczy cielęcej. Pieczemy przez 30 minut w temperaturze 200°C.
- KROK 5 Danie przekładamy na talerz i gotowe! Smacznego.