

Zrazy z majerankiem



ILONAALBERTOS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

wołowina	50 dag
mąka pszenna	3-4 łyżki
bulion	1/2 litra
musztarda	1 łyżka
koncentrat pomidorowy	2 łyżki
majeranek	1 łyżka
masło roślinne	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso pokroić w plasterki, rozbić tłuczkiem, oprószyć pieprzem i mąką. Na patelni rozgrzać olej, smażyć na nim mięso po dwie minuty z każdej strony. Bulion wymieszać z musztardą, koncentratem pomidorowym, wlać do garnka z mięsem, dusić na wolnym ogniu do godziny. Przyprawić wedle uznania majerankiem, dodać masło, ewentualnie doprawić solą, zagotować.