

# Bitki wieprzowe w sosie curry



Autor: **Swiat\_Kobiety**  
Przepisów: **3277** Ocena: **28006**



3-4 os.



60 min



łatwe



przystępne

## Składniki:

- 1 kg schabu bez kości
- po 2 cebule i ząbki czosnku
- 2 łyżki curry
- kurkuma
- 40 dag białej fasoli z puszki
- 30 dag groszku
- chili
- oliwa
- 1 liść laurowy
- ocet winny
- 850 ml bulionu
- koncentrat pomidorowy
- sól

## Sposób przygotowania:

- 1 Mięso opłucz starannie, osusz papierowym ręcznikiem, pokrój w plasterki i oprósź solą. W dużym rondlu rozgrzej 2 łyżki oliwy. Wrzuć mięso, smaż z dwóch stron około 10 minut, wyjmij.
- 2 Obraną cebulę pokrój w talarki. Czosnek przeciśnij przez praskę lub obierz i posiekaj. Wrzuć z cebulą do rondla, w którym smażyłaś mięso. Oprósź curry i łyżeczką kurkumy. Przemieszaj i duś około 2 minuty. Wyjmij z rondla.
- 3 Połowę mięsa ułóż z powrotem w rondlu. Przykryj połową uduszonej cebuli z czosnkiem, połową osączonej białej fasolki oraz mrożonego groszku. Warzywa przykryj resztą mięsa, cebuli z czosnkiem, groszku i fasolki. Całość posyp solą i połową łyżeczki chili. Dodaj liść laurowy.
- 4 Trzy łyżki octu winnego wymieszaj z bulionem oraz 2 łyżkami koncentratu. Zalej w rondlu. Gotuj na średnim ogniu pod przykryciem około 1,5 godziny.
- 5 czas ok. 45 min; porcja – 440 kcal, cena 4,10 zł

Źródło: Świat kobiety

## Twoje notatki do przepisu: