

Karkówka duszona

Autor: **rosse**Przepisów: **234** Ocena: **5389**

5-6 os.



60 min



średnie



przystępne



Składniki:

- karkówka, 1 kg
- przyprawa staropolska korzenna, 1 opakowanie
- liść laurowy, 2-3 sztuki
- ziele angielskie, kilka sztuk
- olej
- mąka, 1 łyżka
- woda, 2-3 łyżeczki

Sposób przygotowania:

- 1 Karkówkę umyć, można pokroić w plastry lub przygotować w całości. Zamarynować przyprawą wcześniej, przynajmniej kilka godzin zostawić lodówce, ja marynuję całą noc.
- 2 Rozgrzać olej na głębszej patelni. Podsmażyć mięso z obu stron na złoty kolor, jeżeli mięso jest w kawałku to z każdej strony. Podlać wodą, wrzucić liść laurowy, ziele angielskie i dusić do miękkości.
- 3 Mąkę rozrobić w szklance z wodą, wlać do sosu w patelni, wymieszać, przyprawić solą i pieprzem i chwilę pogotować, mieszając.

Twoje notatki do przepisu: