

Wołowina

Przepis dodany przez użytkownika ewa1257

Wołowina z fasolką szparagową

Czas przygotowania: 20 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: średnio trudne

Koszt: 25 PLN

Potrzebne składniki:

- wołowina - 500 g
- fasolka szparagowa - 500 g
- czerwona papryka - 0,5 szt.
- cebula - 2 szt.
- przecier pomidorowy - 1 łyżka(i)
- czosnek - 2
- papryka - 1 łyżeczka(i)
- pęczek szczypiorku - 1 szt.
- gałązki kolendry - 3 szt.
- sól, pieprz - do smaku

Przydatne akcesoria:

rondel

Etapy przyrządzania:

- 1.** Umyte mięso pokrajać w kostkę, oprószyć solą i pieprzem. Cebulę posiekać, wrzucić do rondla na rozgrzany tłuszcz, poddusić, dodać mięso; obsmażyć, podlać wodą. Dusić pod przykryciem ok.1,2 godz.
Gdy mięso zmięknie włożyć umytą, oczyszczoną z włókien pokrajaną na małe kawałki fasolkę i drobno posiekaną paprykę, ponownie gotować.
Pod sam koniec wlać rozprowadzony wodą przecier pomidorowy.
Przyprawić solą z roztartym czosnkiem , papryką, pieprzem.

Jak podawać?

przed podaniem posypać siekanym szczypiorkiem i kolendrą