Bitki wieprzowe w warzywnym sosie

Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 6 porcji

Składniki:

- mięso wieprzowe bez kości - 70-80 dag
- pieczarki - 20 dag
- papryka zielona - 1/2 szt.
- papryka czerwona - 1/2 szt.
- dynia - 15 dag
- cebula - 1 szt.
- masło - 1 łyżka
- olej - 3 łyżka
- mąka pszenna - 3-4 łyżka
- czosnek - 2 ząbek
- koncentrat pomidorowy - 1 łyżka
- papryka mielona ostra - 1/2 łyżeczka
- liść laurowy - 1 szt.
- sos sojowy - do smaku
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku

Dodatkowe info:

10 minut przed końcem duszenia do mięsa dodać warzywa. Koncentrat pomidorowy i 1 łyżkę mąki wymieszać z odrobiną zimnej wody, połączyć z miękkim mięsem z warzywami, zamieszać zagotować. Przyprawić do smaku solą, pieprzem, sosem sojowym i ostrą mieloną papryką.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mięso umyć, osuszyć, pokroić w plastry o grubości 1 cm . Lekko zbić tłuczkiem, oprószyć solą i pieprzem, obtoczyć w mące i zrumienić na rozgrzanym oleju. Przełożyć do rondla, wlać 1-1,5 szkl wody, dodać liść laurowy i dusić pod przykryciem do miękkości, (około 35-40 minut.)

KROK 2: Do pozostałego po smażeniu mięsa tłuszczu dodać masło, wsypać posiekaną cebulę, czosnek, pieczarki, pokrojone w kostkę papryki i dynię, podsmażyć.