




Flaki wołowe z koncentratem pomidorowym

 Stokrotka

Polecane na: [jednogarnkowe](#), [zupa](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 120 min

 1 porcja

Składniki:

flaki wołowe - 70 dag

marchewka - 1 szt.

pasternak lub pietruszka - 1 szt.

por - 0,5 szt.

koncentrat pomidorowy - 1-2 łyżka

mąka pszenna - 1 łyżka

kostka rosółowa domowej roboty - 1 szt.

majeranek suszony - 1 łyżka

liść lubczyku suszony - 1 łyżeczka

liść laurowy - 1 szt.

sól, pieprz, sos sojowy - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Flaki dokładnie umyć, włożyć do garnka zalać wodą, gotować około 5 minut, odcedzić. Ponownie wlać czystą wodę, zagotować, czynność tę powtórzyć 2-3 razy.

KROK 2: Następnie zalać wodą, dodać kostkę rosółową, pokrojoną marchewkę i pasternak, gotować około 1 godziny.

KROK 3: Pod koniec gotowania dodać pokrojony w pół krążki por.

KROK 4: Koncentrat wymieszać z niewielką ilością wody i mąką. Połączyć z zupą, dodać majeranek i suszony lubczyk, gotować przez kilka minut. Przyprawić do smaku solą, pieprzem i sosem sojowym. Podawać z pieczywem.