Gulasz wieprzowy z pęczakiem i marchewką

Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 5 porcji

Składniki:

- mięso wieprzowe bez kości - 1 kg
- marchewka - 2 szt.
- cebula - 1 szt.
- papryka mielona słodka - 1 łyżeczka
- listek laurowy - 1 szt.
- angielskie ziele - 5-6 szt.
- czosnek - 1 ząbek
- mąka pszenna - 2 łyżka
- masło - 1 łyżka
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- sos sojowy - do smaku
- szczypiorek usiekany - 1-2 łyżka
- olej do smażenia - trochę
- pęczak - 1 szklanka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę pęczak wypłukać, wsypać do 3 szkl wrzącej osolonej wody z dodatkiem masła i gotować do momentu odparowania wody. Ugotowaną kaszę zawinąć w folię spożywczą i koc, odłożyć aby doszła.

Mięso umyć, osuszyć, pokroić w kostkę.

KROK 2: Oprószyć solą i zrumienić na rozgrzanym oleju.

KROK 3: Rumiane przełożyć do rondla, wlać 2 szkl wody, dodać odrobinę mielonego pieprzu, obrane marchewki, liść laurowy, ziele angielskie. Drobno posiekaną cebulę zeszklić na pozostałym po smażeniu mięsa tłuszczu, połączyć z mięsem. Wszystko razem dusić na małym ogniu do miękkości mięsa. Pod koniec wyjąć marchewki, pokroić. Mąkę wymieszać ze śmietaną, mieloną papryką i odrobiną wody, połączyć z mięsem, dodać zmiażdżony czosnek,

KROK 4: Przyprawić do smaku solą, pieprzem

i sosem sojowym. Wymieszać z marchewką i pęczakiem, podgrzać. Przed podaniem posypać posiekanym szczypiorkiem.