

Gulasz z dyni i batatów



Autor: Tradycyjna_Kuchnia
Przepisów: 2658 Ocena: 21160



3-4 os.



60 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- Filet drobiowy 70 dag
- Bataty 2 średnie
- Dynia 1 kg
- Cebula biała 2 szt.
- Bulion warzywny 2 szklanki
- 1 szklanka soku pomidorowego
- Ziele angielskie 5 ziarenek
- Śmietanka 30% 1 szklanka
- Sól, pieprz, czosnek granulowany do smaku

Sposób przygotowania:

1 Wykonanie:

Mięso opłukać, pokroić w kostkę, przyprawić do smaku solą, pieprzem i czosnkiem granulowanym i wymieszać. Dynię, bataty oczyścić, pokroić w kostkę (średniej wielkości) i wymieszać z dodatkiem dwóch łyżek oleju. Bulion podgrzać z sokiem pomidorowym. Na patelni rozgrzać 2 łyżki oleju i zarumienić mięso. Dodać posiekaną cebulę, dynię i bataty. Oprószyć solą i pieprzem, zalać bulionem i dusić na małym ogniu przez 30 minut, na sam koniec podprawić śmietanką.

Twoje notatki do przepisu: