

Schab duszony w sosie paprykowym



Autor: **kulinarneprzygody**
Przepisów: **278** Ocena: **15350**



3-4 os.



60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- Schab ok 500 g pokrojony na kotlety lekko rozbite
- Papryka czerwona
- Marchew mała
- Cebula
- Woda 2,5 szklanki
- Mąka tortowa łyżka
- Śmietana 18 % łyżka
- Sól
- Pieprz
- Papryka mielona łyżeczka
- Papryka wędzona 1/2 łyżeczki
- Zioła prowansalskie
- Olej rzepakowy

Sposób przygotowania:

1 Schab przyprawiamy solą, pieprzem i ziołami prowansalskimi, odstawiamy na pół godziny.

- Paprykę i cebulę kroimy w kostkę, marchewkę ścieramy na tarce. Kotlety smażymy na głębokiej patelni przez chwilę z każdej strony na mocnym ogniu.

- Zdejmujemy z patelni. Na tej samej patelni podsmażamy cebulę przez ok. 3 minuty. Dodajemy paprykę i smażymy przez 10 minut. Następnie dodaje podsmażony schab, marchewkę ziele angielskie, liść laurowy.

- Całość zalewamy dwiema szklankami gorącej wody i całość dusimy przez 30 minut.

-Pod koniec rozdrabiamy mąkę ze śmietaną w wodzie (pół szklanki). Dodajemy kilka łyżek wywaru dla zahartowania śmietany.

- Gotową mieszankę powoli wlewamy na patelnię cały czas mieszając. -
Doprawiamy solą, pieprzem i papryką słodką i wędzoną.

- Czekamy do momentu ponownego zagotowania i zdejmujemy z gazu. Na koniec dodajemy garść posiekanej natki pietruszki.

Twoje notatki do przepisu: