Healthy. Tasty. Convenient!

Deli 4 You MARKET

Cielęcina duszona z pomidorami, wędzonym boczkiem i czarnymi oliwkami

5 PORCJI | 45 MINUT | ŁATWY

Składniki:

- 5 cienkich plastrów cielęciny, około 500 g
- suszone przyprawy Kamis: wędzona papryka, kmin rzymski, estragon
- szklanka białego wina
- pół puszki pomidorów z bazylią, w puszcze, Pudliszki
- boczek wędzony Lowell
- 4 ząbki czosnku
- czosnek kolorowy Kamis
- kardamon mielony Kamis
- 2 łyżki musztardy pikantnej Kamis
- 2 cebule szalotki
- sok z 2 limonek

Sposób przygotowania:

1. Mięso solimy, doprawiamy pieprzem, następnie obtaczamy je w mące.
2. Na patelnię wrzucamy 2 łyżki masła, czekamy aż lekko się przypali.
3. Na rozgrzany tłuszcz wrzucamy plastry mięsa, smażymy aż się zarumienią.
4. Zmniejszamy ogień do minimum, boczek kroimy w kostkę, i wrzucamy na patelnię.
5. Gdy boczek się podsmaży, wlewamy na patelnię białe wino.
6. Dodajemy czarne oliwki, odrobinę kardamonu oraz wędzonej papryki, czosnek w płatkach, lub kolorowy.
7. Dodajemy pomidory, wszystko dokładnie mieszamy.
8. Na finiszu dodajemy łyżkę musztardy. Na koniec dodajemy świeże zioła – tymianek i kolendrę, sok z dwóch limonek – nie mieszamy.
9. Przygotowujemy sałatę, w osobnej miseczce robimy sos: sok z dwóch cytryn, łączymy z 2 łyżeczkami miodu oraz łyżeczką majonezu, dolewamy ćwierć szklanki oliwy i do tego przeciśnięty ząbek czosnku – mieszamy. Całość powinna być dość kwaśna. W misce umieszczamy liście sałaty, wzbogacamy smak kilkoma listkami pietruszki i kolendry, dodajemy kilka pomidorków cherry, pokrojonymi na talarki, całość polać sosem.
10. Duszoną cielęcinę mieszamy jeszcze raz przed podaniem – i przekładamy na talerz. Serwujemy z sałatką.

Enjoy!