Duszona wołowina z zacierkami

Węgierskie szare bydło pasie się na otwartych pastwiskach przez cały rok. Otrzymywana z niego wołowina jest aromatyczna i twarda (podobnie jak dziczyzna), dlatego wymaga długiego gotowania na wolnym ogniu.

SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

CZAS PRZYGOTOWANIA:

110 minut

LICZBA PORCJI:

6

SKŁADNIKI:

150 g smalcu
1 duża cebula
4–5 ząbków czosnku
1 papryka
2 zielone papryki bananowe
600 g udźca wołowego
100 ml wytrawnego czerwonego wina
1 łyżka papryki w proszku
1 pomidor
400 g domowych zacierek

PRZYGOTOWANIE:

1) Posiekać dość grubo cebulę. Obrać czosnek i pokroić w paski oba rodzaje papryki. Pokroić udziec i karkówkę w kostkę o boku 3 cm

2) Włożyć smalec do bogracza i dodać część cebuli, czosnku i papryki. Na wierzch włożyć warstwę pokrojonego w kostkę mięsa, a na mięso kolejną porcję cebuli, czosnku i papryki. Układać warstwami do wyczerpania wszystkich składników.

3) Wstawić potrawę na małym ogniu. Kiedy mięso zacznie puszczać sok, dodać sól i wlać wino.

4) Gotować na małym ogniu około 1 i 1/2 godziny, od czasu do czasu mieszając. Można dodać nieco wody, ale potrawa nie powinna być zbyt wodnista. Kiedy mięso zmięknie, dodać mieloną paprykę. Poczekać, aż składniki dobrze się wymieszają, a sos zrobi się czerwony i gęsty. Nie należy przesadzać z ilością przypraw, dlatego soli i papryki należy dodawać ostrożnie i po trochu.

5) Pół godziny przed końcem gotowania pokroić pomidora w drobną kostkę i dodać do mięsa.

6) Rozgrzać w garnku smalec i wsypać zacierki (drobne i twarde kluseczki z mąki, jajek oraz osolonej wody). Smażyć, aż kluseczki się zrumienią, i dodać dwa razy tyle wody. Przykryć i gotować na małym ogniu 20 minut.

7) Wyłożyć na talerze mięso i zacierki.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 892 kcal, 50 g białka, 53 g tłuszczów, 54 g węglowodanów

Źródło zdjęcia: Shutterstock