Duszona szynka z sosem pieczarkowym, cieciorką i sałatką

80 min. 4 os.

540 kcal/ os. ok. 8.50 zł/os.

Składniki

- szynka wieprzowa bez kości – ok. 600 g
- słoik całych buraczków - 1 opak.
- mąka - 3 łyżki
- śmietana kremówka - 150 ml
- puszka cieciorki - 1 szt.
- ząbek czosnku - 4 szt.
- świeże pieczarki - 500 g
- cebula - 3 szt.
- olej - 8 łyżek
- ogórki kiszone - 5 szt.
- cukier - 1/2 łyżeczki
- masło - 2 łyżki
- posiekany świeży koperek - 2 łyżki
- sól - 1/2 łyżki
- pieprz - 1/2 łyżki

Sposób przygotowania

Mięso umyj i osusz. Pokrój na plastry o grubości ok. 1 cm. Lekko rozbij tłuczkiem. Oprósz solą, pieprzem, natrzyj 2 ząbkami czosnku przeciśniętymi przez praskę. Odstaw do lodówki na ok. godzinę.

Na patelni rozgrzej 4 łyżki oleju i obsmaż na nim mięso obtoczone w mące. Zalej wodą i duś ok. 20 minut.

Pieczarki oczyść i szybko opłucz, aby nie nasiąkły wodą. Pokrój w plasterki. 2 cebule pokrój w piórka. Na patelni rozgrzej 2 łyżki oleju, podsmaż na nim cebulę, a następnie dodaj pieczarki. Dopraw do smaku solą i pieprzem i duś ok. 10 minut. Na koniec dodaj śmietankę i razem duś ok. 10 minut.

Na patelni rozgrzej masło, podsmaż na nim posiekane 2 ząbki czosnku. Dodaj cieciorkę z puszki odsączoną z zalewy. Podsmaż wszystko razem. Na koniec dodaj łyżkę posiekanego koperku. Ogórki kiszone, cebulę i odsączone z zalewy buraczki pokrój w plasterki. Dopraw cukrem i szczyptą pieprzu. Zalej 2 łyżkami oleju. Posyp posiekanym koperkiem. Szynkę podawaj polaną sosem, obok cieciorki i sałatki. Smacznego!