Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook **ВКонтакте: vk.com/opencook**

Нежная и острая телятина

28 мая 2012 07:26 · https://open-cook.ru/recipes/nezhnaya-i-ostraya-telyatina



Отличное мясо, нежное и сочное. На гарнир подходит все что угодно, но лучше хорошее белое вино.

На 3 порции:

- 350 гр телятины
- 2 ст.л. растительного масла
- 2 зубчика чеснока
- 1 средний помидор
- 1/3 ст.л. соли
- щепотка куркумы

- щепотка красного острого молотого перца

Мясо нарезать маленькими кусочками:



Чтобы мясо получилось сочнее и нежнее, лучше взять кастрюльку с толстыми дном и стенами или казанок. Разогреваем в нем масло и тушим мясо:



Когда мясо потеряет свой розовый цвет, добавляем мелко порезанный чеснок, перемешиваем и тушим дальше:



Помидор нарезаем дольками:



Помидорки отправляем к мясу и хорошенько перемешиваем:



Солим:



Добавляем куркуму:



Получаем мясо с соусом красивого цвета:



А теперь время перчика, его добавляете по вкусу, кто-то любит поострее, кто-то не очень, все хорошенько перемешиваем и томим на огне 3-4 минутки:


Перец красный
острый
молотый
open-cook.ru Открытая кухня Анны Нечаевой


open-cook.ru Открытая кухня Анны Нечаевой



Раскладывает по красивым тарелкам с любимым гарниром:




open-cook.ru Открытая кухня Анны Нечаевой


open-cook.ru Открытая кухня Анны Нечаевой