Мясо и кабачки в маринаде

Автор: Мухаббат
07.10.2011 00:27 - Обновлено 07.10.2011 07:55



Очень вкусное мясо с кабачками, практически шашлычный вкус.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 гр. мякоти говядины

1 средний кабачок

1 пучок кинзы

1 небольшой острый перчик

2 зубчика чеснока

2 ч.л. зиры

50 мл. белого винного уксуса

50 мл. растительного масла

соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Мясо и кабачок вымыть. Кинзу и чеснок измельчить. Перчик нарезать тонко, удалив семена. Кабачок нарезать кружками, мясо нарезать порционными кусочками.

В чашке смешать масло с уксусом, солью, зирой, перчиком и кинзой. Перемешать и выложить туда кусочки мяса и кабачки. Оставить на 1-2 часа, периодически переворачивая.

Обжарить мясо на разогретой сковороде с обеих сторон до румяности, накрыть крышкой и слегка потушить на медленном огне. Выложить готовое мясо на блюдо.

Затем обжарить кабачки по 2 минуты с каждой стороны. Разложить мясо и кабачки по тарелкам, украсить веточками кинзы.

{jcomments on}