

Наварен из говядины

Автор: Мухаббат

05.08.2011 15:55 - Обновлено 05.08.2011 16:55



Навареном во французской кухне называют рагу из баранины или говядины с овощами. Наварен считается “весенним” блюдом и получается особенно ароматным, когда готовится со свежими молодыми овощами. Таким же образом можно приготовить курицу или рыбу.

Наварен из говядины

Автор: Мухаббат

05.08.2011 15:55 - Обновлено 05.08.2011 16:55

2-3 молодые картошки и 2 морковки очистить и порезать. Отварить в подсоленной воде до готовности. Вынуть овощи и в этом же бульоне отварить молодые патиссоны разрезанные пополам, вынуть патиссоны и отварить зеленый горошек. Бульон сохранить.

500-700 гр. мякоти говядины помыть, обсушить бумажным полотенцем и нарезать на средние кусочки. В сковороду или казан налить 2 ст.л. растительного масла, обжарить мясо до золотистой корочки. Пару репчатых головок лука нарезать крупно, пару долек чеснока измельчить и добавить к мясу. Жарить минут 10, добавить 1 ст.л. муки и 1 ст.л. томатной пасты, помешать, влить 100 мл. белого сухого вина и поварить еще минут 15. Добавить овощной бульон так, чтобы покрыло все мясо. Посолить, поперчить, добавить щепотку сушеного тимьяна и томить под крышкой 1 час, периодически помешивая. Добавить отварные овощи, перемешать и готовить еще минут 10.

{jcomments on}