

detkityumen.ru

Сердечки тушеные в сметане



Где готовим?

Плита

Ингредиенты:

Сердечки куриные 600 г

Лук и морковь по одной штуке

Сметана 1/2 стакана

Вода 1/2 стакана

Жир для жарки (растительное или сливочное масло или их смесь)

Перец черный горошком, лаврушка, соль - по вкусу

Приготовление:

1. Обработать сердечки (срезать всё что не нравится, можно пополам разрезать), положить в кастрюлю не большую.
2. Лук кольцами, морковь на мелкой терке.
3. Обжарить лук до золотисто-румяного цвета.
4. Отдельно морковь немного потушить с небольшим количеством масла.
5. Прогреть на сковороде сметану, добавив воду.
6. Всё поджаренное, потушенное и подогретое добавить к сердечкам. Туда же специи по вкусу.
7. Проварить на медленном огне 30 минут.
8. На гарнир лучше всего подойдет рис.

В моем случае гарниром была поджаренная на сливочном масле овощная смесь с кунжутом и специями и посыпанная сыром.

Приятного аппетита!

10.02.2017

[Alexandra42](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkiyumen.ru/recipe/508/