

# Pieczeń wołowa duszona

Przepis dodany przez użytkownika Tytanowy\_Janusz

## Pieczeń wołowa duszona 50 min &#8211; kuchnia z szybkowaru

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: średnio trudne

### Potrzebne składniki:

- wołowiny bez kości - 70 dag
- mąki - 1 łyżka(i)
- tłuszczu - 6 dag
- cebule - 2 szt.
- sól do smaku - 1 szczypta(y)
- szklanki wody - 0,5 szkl.

### Przydatne akcesoria:

tłuszczu

### Etapy przyrządzania:

1. Mięso obieramy z błon, usuwamy ścięgna, dobrze zbijamy tłuczkiem. Obsypujemy mąką i solą, zrumieniamy w szybkowarze na mocno rozgrzanym tłuszczu, wrzucamy oczyszczoną i pokrojoną cebulę i razem zrumieniamy. Wlewamy wodę zamykamy szybkowar i ogrzewamy 50 minut. Po otwarciu szybkowaru zagęszczamy sos resztką mąki, jeżeli potrzeba dolewamy nieco wody.

Smacznego!

