

Policzki wołowe

data aktualizacji: 2021.04.03 autor: Redakcja



SKŁADNIKI:

- 1 kg policzków wołowych
- 2 marchewki
- 1 mały seler korzeniowy
- 3 łodygi selera naciowego
- 1 cebula
- 3 ząbki nieobranego czosnku
- 3 liście laurowe
- 4 ziarenka ziela angielskiego
- 3 gałązki świeżego rozmarynu
- 5 łyżek mąki pszennej
- 200 ml czerwonego wytrawnego wina
- 200 ml wody
- sól
- pieprz
- olej do smażenia

PRZYGOTOWANIE:

Mięso przyprawiamy solą i pieprzem i oprószamy trzema łyżkami mąki. Obsmażamy na rozgrzanym oleju na złoty kolor z każdej strony. Przekładamy do naczynia żaroodpornego.

Rozgrzewamy piekarnik do 160 stopni.

Warzywa obieramy. Marchewki kroimy w grube plastry, pozostałe - w dużą kostkę. Oprószamy pozostałą mąką i przekładamy na tłuszcz po mięsie. Dodajemy ziele angielskie, liście laurowe, czosnek i rozmaryn. Smażymy kilka minut do lekkiego zrumienienia. Zalewamy winem i gotujemy przez 2-3 minuty.

Przekładamy warzywa do mięsa, przykrywamy i pieczemy przez 3 godziny. Połowę warzyw miksujemy z wytworzonym sosem. Mięso kroimy na plastry, polewamy sosem i podajemy z pieczonymi warzywami.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/38290-policzki-wolowe>