

Karkówka po Włosku ?

Przepis dodany przez użytkownika kolokwi



Czas około 40 minut, 1 porcja - 800 kalorii

Czas przygotowania: 40 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: średnio trudne

Kaloryczność: 800 kCal

Potrzebne składniki:

- 4 plastry karkówki - po 15 dkg
- makaron typu wstążki - 25 dkg
- średnie zielone i żółte papryczki - wedle uznania
- cebule - 3 szt.
- pomidory bez skórki - 1 puszka 850 ml
- olej - 4 łyżki
- koncentrat pomidorowy - 1 łyżka(i)
- ząbek czosnku -
- liść laurowy -
- 2 łyżeczki rosółu -
- 1 łyżeczka cukru -
- sól i pieprz -

Etapy przyrządzania:

- 1.** Oczyszczyć i umyć paprykę , pokroić w cienkie paski. Rozgrzać na patelni łyżkę oleju. Dusić paprykę przez 3 minuty, zdjąć z patelni. Rozgrzać resztę oleju, smażyć kotlety po 5 minut z każdej strony. Doprawić solą i pieprzem, zdjąć z patelni. Obrąć czosnek i cebulę, pokroić w kostkę. Dusić na tym samym tłuszczu około 3 minut. Przetrzeć pomidory z syropem przez sitko, dodać przecier do cebuli.
- 2.** Dodać rosół i koncentrat pomidorowy, wrzucić listek laurowy. Doprawić solą, pieprzem, cukrem i tymiankiem. Zwiększyć ogień , odparować sos, jeszcze raz doprawić do smaku. Włożyć kotlety do sosu, ułożyć na nich paprykę. Dusić na małym ogniu, pod przykryciem, jeszcze przez 5 minut. Ugotować makaron w lekko osolonej wodzie, dokładnie osączyć na sitku. Podawać do kotletów.
ENJOY !!