Печень нежная

Добавил(а) Ольга
14.04.09 18:06 - Последнее обновление 03.02.10 05:46





Ингредиенты

- Печень говяжья - 800 гр
- Лук - 2шт.
- Морковь - 3 шт.
- Майонез или сметана- 100гр.

- Мука - 1 ст.л.
- Соль, специи по вкусу, чеснок 2 дольки.
- Время приготовления 20 мин.



Печень.

Печень моем, чистим от пленки, нарезаем крупными кусками 2х3 см.



Морковь.

Трём морковь на средней тёрке.



Обжариваем печень.

Куски печени кладем в разогретое растительное масло, солим, равномерно обжариваем со всех

Перемешиваем печень силиконовым скребком

Для приготовления печени удобнее взять узкую и глубокую кастрюлю, чтобы печень плавала в м

Главное печень не пережарить, чтоб она не стала сухой.



Измельчаем лук.

При помощи измельчителя "без хлопот" быстро и без слёз измельчаем лук.



Лук.

Добавляем в печень измельченный лук.



Морковь.

Добавляем морковь. Перемешиваем лук и морковь с печенью, обжариваем 2 минуты.



Готовим печень.

Добавляем майонез или сметану, 1 ст. ложку муки, 1/2 ст. воды. Всё хорошо перемешиваем и туш

Добавляем зелень, измельчённый чеснок, закрываем крышкой и даем настояться 10 мин.

Печень получается очень мягкая, сочная, просто таит во рту.



Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:12}