





Duszony karczek w kiszonej kapuście

Pyszny i prosty sposób na karczek w kapuście

 Czas na High: 3,5

 Czas na Low: 6

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 10

Składniki

- 1,5 kg karczku
- 2 łyżeczki majeranku
- 5 ząbków czosnku
- 1 łyżeczka kminu
- 1 łyżeczka czarnuszki
- 1/2 łyżeczki ostrej papryki - używam oryginalnej tureckiej
- 800 g kiszonej kapusty
- 2 cebule
- kilka liści laurowych
- kilka ziaren ziela angielskiego
- kilka ziaren czarnego pieprzu
- 1 łyżeczka czosnku niedźwiedziego
- sól
- pieprz
- tłuszcz do smażenia
- 3 łyżki śmietany 18%
- 1-2 łyżki skrobi kukurydzianej
-



Wykonanie:

Mięso myjemy, osuszamy i kroimy na 1,5 cm plastry, nacieramy czosnkiem, majerankiem, kminem, czosnkiem niedźwiedzim, czarnuszką oraz ostrą papryką. Mięso wkładamy do lodówki na kilka godzin lub całą noc. Kapustę jeżeli jest bardzo kwaśna delikatnie płuczemy i kroimy, wkładamy do naczynia dodajemy listek laurowy, ziele angielskie i czarny pieprz.

Mięso obsmażamy z każdej strony na patelni i układamy na kapuście, doprawiamy solą i pieprzem, posypujemy pokrojoną w piórka cebulą. Całość podlewamy połową szklanki wody.

Godzinę przed zakończeniem zalewamy śmietaną wymieszaną z mąką w połowie szklanki wody, delikatnie mieszamy całość, w razie potrzeby doprawiamy.