

DUSZONA GOLONKA

Przepis dodany przez użytkownika edytaka74

chyba sporo kalorii ma ale mozna czasami sobie powowlic

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- golonka - 1 kg
- sól - 2 dag
- pieprz - 2 dag
- majeranek - 3 dag
- czosnek granulowany - 2 dag
- olej słonecznikowy - 5 łyżka(i)
- cebula granulowana - 2 dag
- liść laurowy - 3 szt.
- ziele angielskie - 5 szt.

Etapy przyrządzenia:

- 1.** Golonko umyć i osuszyć (w razie potrzeby opalić nad ogniem lub oskrobać). Obsypać solą, pieprzem, majerankiem, granulowanym czosnkiem i cebulą. Włożyć do lodówki na około 1 $\frac{1}{2}$ godziny. Następnie zrumienić na oleju. Zalać wodą, dodać liście laurowe i ziele angielskie. Dusić pod przykryciem na średnim ogniu do miękkości (około 2 godziny). Od czasu do czasu obracając golonko i dolewając wody.

Duszone golonko podawać na ciepło z pieczonymi ziemniaczkami lub z chlebkiem i musztardą.

