



całość (4 porcje) 680 kcal
1 porcja 170 kcal

Świąteczna cielęcina duszona w warzywach

Składniki:

400 g cielęciny
1 ½ łyżki oliwy z oliwek
1 sztuka marchwi
1 sztuka pietruszki (korzeń)
¼ selera (korzeń)
120 g pieczarek surowych
½ łyżeczki soli
½ łyżeczki pieprzu czarnego mielonego

Sposób przygotowania:

Mięso pokroić na kawałki, doprawić solą, pieprzem i zrumienić na rozgrzanej oliwie z oliwek. Dodać pokrojoną marchewkę, seler, pietruszkę i pieczarki. Dusić pod przykryciem około 15 minut.



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ SOLI



POTRAWA
BEZ DROZDZY



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS