



całość (4 porcje) 1084 kcal
1 porcja 271 kcal

Świąteczny gotowany królik z bazylią i orzechami

Składniki:

400 g mięsa z królika
2 łyżeczki tymianku
880 g bulionu warzywnego
1 łyżeczka soli
1 łyżeczka pieprzu czarnego mielonego
2 sztuki cebuli
2 łyżki oliwy z oliwek
60 g orzechów arachidowych
4 łyżeczki świeżej bazylii

Sposób przygotowania:

Mięso królika oprószyć solą i pieprzem. Na patelni rozgrzać oliwę, mięso podsmażyć z obu stron około 5 minut. Wyjąć mięso i podsmażyć posiekaną cebulę, około 2 minut. Dodać bulion oraz mięso, następnie przykryć i gotować przez 30 minut. Mięso przełożyć na talerz i udekorować posiekaną bazylią i orzechami.



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ DROZDZY



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ SOI