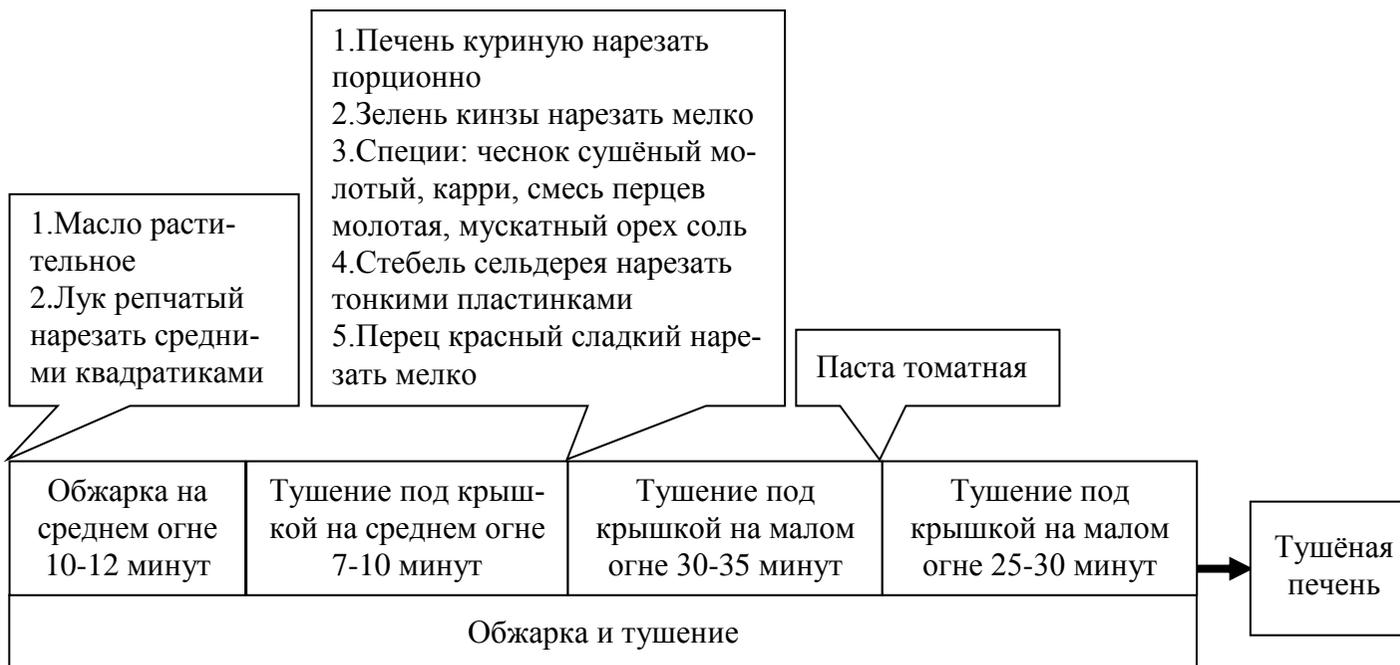


Тушёная куриная печень с овощами (khurs.ru - 2017)



1. Печень куриная охлаждённая – 1 кг
2. Лук репчатый – 1 кг
3. Перец красный сладкий – 2 шт.
4. Стебель сельдерея – 4 шт.
5. Зелень кинзы – 1 пучок
6. Чеснок сушёный молотый – 0,5 ст. ложки
7. Карри
8. Смесь перцев молотая
9. Мускатный орех
10. Паста томатная – 200-250 г
11. Масло растительное – 50-60 г
12. Соль



Тушёная куриная печень с овощами



1. Берём печень куриную охлаждённую



2. Берём лук репчатый



3. Чистим лук репчатый



4. Режем лук репчатый средними кусочками



5. Берём стебель сельдерея



6. Режем стебель сельдерея тонкими пластинками



7. Берём перец красный сладкий



8. Режем перец красный сладкий мелко



9. Берём зелень кинзы



10. Режем зелень кинзы мелко



11. Берём пасту томатную



12. Готовим пропорции специй

Тушёная куриная печень с овощами



13. Перемешиваем специи



14. Берём масло растительное



15. Ставим сковороду на огонь



16. Наливаем масло растительное в сковороду



17. Кладём лук репчатый в сковороду, жарим на среднем огне



18. Накрываем сковороду крышкой и тушим на среднем огне



19. Периодически перемешиваем лук



20. Кладём печень куриную в сковороду



21. Кладём кинзу в сковороду



22. Кладём специи в сковороду



23. Кладём стебель сельдерея в сковороду



24. Кладём перец красный сладкий в сковороду

Тушёная куриная печень с овощами



25. Перемешиваем содержимое сковороды



26. Накрываем сковороду крышкой и тушим на малом огне



27. Кладём пасту томатную в сковороду



28. Перемешиваем содержимое сковороды



29. Накрываем сковороду крышкой и тушим на малом огне



30. Периодически перемешиваем содержимое сковороды



31. Подаём на стол