

Шея индейки тушёная с овощами "Блеск" (khurs.ru - 2020)

1. Лук репчатый нарезать крупными квадратиками
 2. Шея индейки
 3. Чеснок нарезать тонкими пластинками
 4. Морковь нарезать тонкими пластинками
 5. Зелень кинзы
 6. Специи: кориандр, чеснок сушёный молотый, кардамон, фенхеля семена, карри, тмин, соль
- * (1-6) уложить послойно и уплотнить
7. Вода горячая до уровня укладки

Разогрев

Тушение под
крышкой 2,5-3 часа

Тушение на малом огне

Тушёная
шея индейки

1. Шея индейки – 1,3 кг
2. Картофель – 1,2 кг
3. Лук репчатый – 1 кг
4. Морковь – 200 г
5. Чеснок – 20 г
6. Зелень кинзы – 40 г
7. Кориандр – 1 ст. ложка
8. Чеснок сушёный молотый – 0,5-0,75 ст. ложки
9. Кардамон – 0,75-1 ч. ложки
10. Фенхеля семена – 0,5-0,6 ч. ложки
11. Карри – 0,5-0,7 ч. ложки
12. Тмин – 0,5-0,6 ч. ложки
13. Соль – 0,75-1 ст. ложки
14. Вода горячая – 1,5-2 л



Шея индейки тушёная с овощами "Блеск"



1. Берём нарубленную шею индейки



2. Чистим картофель



3. Режем картофель крупно



4. Чистим лук репчатый



5. Режем лук репчатый крупными квадратиками



6. Чистим и режем морковь тонкими пластинками



7. Берём чеснок



8. Режем чеснок тонкими пластинками



9. Берём зелень кинзы



10. Режем зелень кинзы мелко



11. Составляем пропорции специй, перемешиваем специи



12. Кладём лук репчатый в кастрюлю

Шея индейки тушёная с овощами "Блеск"



13. Кладём морковь в кастрюлю



14. Кладём картофель в кастрюлю



15. Кладём шею индейки в кастрюлю



16. Кладём специи в кастрюлю



17. Кладём зелень кинзы в кастрюлю



18. Кладём чеснок в кастрюлю



19. Кладём лук репчатый в кастрюлю



20. Кладём морковь в кастрюлю



21. Кладём картофель в кастрюлю



22. Наливаем горячую воду и кладём лист лавровый в кастрюлю



23. Тушим под крышкой на малом огне



24. Подаём на стол