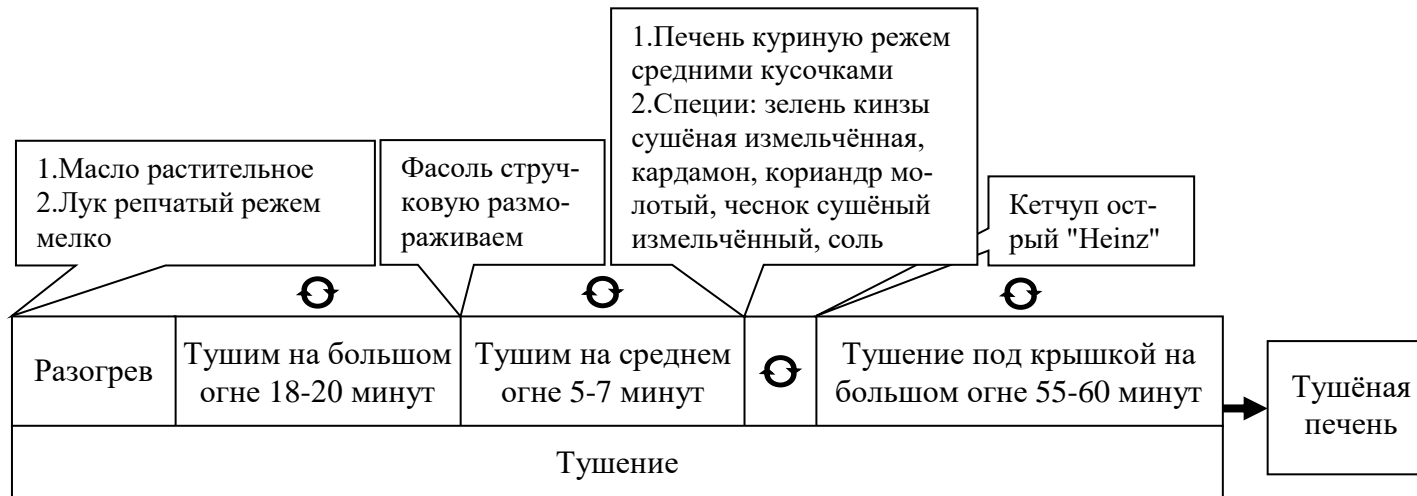


Тушёная печень куриная со стручковой фасолью и луком "Бонус" (khurs.ru - 2023)



☉ - перемешать

1. Печень куриная – 0,8-0,9 кг
2. Лук репчатый – 0,85 кг
3. Фасоль стручковая – 700 г
4. Кетчуп острый "Heinz" – 100 г
5. Масло растительное – 25-30 г
6. Зелень кинзы сушёная измельчённая – 1 ст. ложка
7. Кардамон – 0,35-0,4 ст. ложки
8. Кориандр – 0,35-0,4 ст. ложки
9. Чеснок сушёный измельчённый – 0,3-0,4 ст. ложки
10. Соль - 1,0 ст. ложка



Тушёная печень куриная со стручковой фасолью и луком "Бонус"



1. Печень куриную режем средними кусочками



2. Чистим лук репчатый



3. Режем лук репчатый мелко



4. Берём фасоль стручковую



5. Размораживаем фасоль стручковую



6. Составляем пропорции специй



7. Перемешиваем специи



8. Берём масло растительное



9. Берём кетчуп острый "Heinz"



10. Ставим вок с маслом растительным на огонь



11. Кладём лук репчатый в вок



12. Перемешиваем содержимое вoka

Тушёная печень куриная со стручковой фасолью и луком "Бонус"



13. Накрываем вок крышкой, тушим на большом огне



14. Кладём фасоль стручковую в вок



15. Перемешиваем содержимое вока



16. Накрываем вок крышкой, тушим на среднем огне



17. Кладём печень куриную в вок



18. Кладём специи в вок



19. Кладём кетчуп острый "Heinz"



20. Перемешиваем содержимое вока



21. Накрываем вок крышкой, тушим на малом огне



22. Перемешиваем содержимое вока



23. Накрываем вок крышкой, тушим на малом огне



24. Подаём на стол