ВЕЧЕРЯ

Телешка яхния с картоф и морков



Нежна телешка яхния с меки парченца месо, картоф и морков - топла вечеря за малките.

Подготовка: 20 мин **Готвене:** 90 мин **Общо:** 110 мин **Порции:** 4
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Средно

Съдържа алергени: Глутен

Съставки

- 500 гр. телешко месо за яхния
- 2 с.л. зехтин
- 1 глава лук
- 3 средни картофа
- 2 големи моркова
- 1 с.л. брашно
- 1 ч.л. сладък червен пипер
- 500 мл. топла вода
- 1 дафинов лист
- Щипка сол (по желание)
- 2 с.л. магданоз (по желание)

Начин на приготвяне

1. Нарежете месото на средни парченца от около 3-4 см.
2. Загрейте зехтина в тенджера и запържете месото от всички страни до златисто.
3. Добавете нарязания на ситно лук и го задушете 3-4 минути.
4. Поръсете с брашното и червения пипер и разбъркайте добре.
5. Постепенно прибавете топлата вода, като непрекъснато бъркате.
6. Добавете дафиновия лист и солта (по желание) и изчакайте да кипне.
7. Намалете огъня и оставете да се вари на тих огън 45 минути с капак.
8. Почистете и нарежете картофите и морковите на средни парченца.
9. Добавете зеленчуците към месото и варете още 30-40 минути.
10. Извадете дафиновия лист. Проверете дали месото и зеленчуците са меки, поръсете с магданоз. Преди сервиране нарежете месото на малки хапки за детето.

Съхранение

- Съхранявайте в хладилник до 3 дни в плътно затворен съд.
- Загрейте внимателно преди сервиране.

Замразяване

- Замразява се до 2 месеца в порции.
- Размразете в хладилник преди загряване.

Съвети

- Можете да добавите щипка магданоз за свеж вкус.
- Поднесете с парче препечен хляб за по-големите деца.
