



Maruntaie de vitel cu mamaliguta

Ingrediente

- 700 g Maruntaie vitel (inima, rinichi, ficat)
- 80 g ulei de floarea soarelui
- 510 g Ceapa
- 120 g Ardei gras
- 1 lingurita Boia dulce
- 1 lingurita Piper negru
- 2 lingurite MAGGI Secretul Gustului Legume
- 1 cana Apa
- 1 catel Usturoi
- 546 g Rosii
- 1 legatura Patrunjel verde
- 200 g Faina de porumb
- 4 Oua
- 50 g Telemea

Instructiuni

- Se taie marunt maruntaiele de vitel.
- Intr-o cratita potrivita ca marime se pune ulei, se incinge bine si se adauga cepele si ardeii tocate marunt si bucatile de maruntaie de vitel.
- Se lasa intai la foc mare in timp ce se amesteca des, dupa care se reduce focul si se adauga condimentele: boia dulce, piper si MAGGI Secretul Gustului Legume.
- Se adauga 1 cana de apa (daca e necesar) si se lasa pe foc pana ce carnea e foarte bine fiarta.
- Spre final se adauga usturoiul maruntit, rosiile maruntite si patrunjelul tocat. Separat se face o mamaliga mai tare.
- Pe fiecare farfurie se serveste o portie de mamaliguta, peste care se pune un ou ochi, alaturi de tochitura.
- Se rade deasupra branza telemea.

Nutritie

Carbohidrați	19.37 g
Energie	560.62 kcal
grăsimi	49.51 g
Proteină	9.53 g

29 Min

12 Portii