

# Gołąbie duszone

Przepis dodany przez użytkownika Tytanowy\_Janusz

## Gołąbie duszone 15 min &#8211; kuchnia z szybkowaru

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: dość zaawansowane

### Potrzebne składniki:

- gołąbie (po 1 na osobę) - 4 szt.
- słoniny - 10 dag
- tłuszczu - 3 dag
- śmietany - 1 szkl.
- sól do smaku - 1 szczypta(y)

### Etapy przyrządzania:

- 1.** Przygotowujemy zalewę. Oczyszczone warzywa kroimy, gotujemy z wodą i przyprawami. Sprawione gołąbie przecinamy wzdłuż i na 12 godzin wkładamy do zimnej zalewy przyrządzonej z wyżej podanych składników. Przed duszeniem płuczemy gołąbie w zimnej wodzie, osuszamy w ściereczce i bardziej umięśnione miejsca naszpikowujemy słoniną. Całość nacieramy solą. W szybkowarze rozgrzewamy tłuszcz, obrumieniamy na nim porcje gołębi, wlewamy śmietanę. Zamykamy szybkowar i ogrzewamy 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Smacznego!

### Uwagi:

UWAGA:

Zalewa:

- 1 porcja włoszczyzny bez kapusty
- 1 cebula
- 1 liść laurowy
- 6 ziaren pieprzu
- 1 gałązka estragonu (może być suszony)
- 2 l wody
- 0,5 szklanki octu
- 2 łyżki cukru
- 1 łyżka soli