



## Cielęcina z mandarynką

Autor: [najlepszewkuchni.pl](http://najlepszewkuchni.pl)

Cielęcina z mandarynką to smaczne i soczyste danie, które możemy zaserwować zarówno na co dzień, jak i od święta. Mięso cielęce jest jednym z najzdrowszych mięs, ma niedużo tłuszczu i nasyconych kwasów tłuszczowych. Mandarynka jest głównym źródłem witaminy C, beta-karotenu, jak również cennych witamin z grupy B. Ich ciekawe połączenie smakowe nie ma sobie równych.

## Przygotowanie

### Krok 1

Mandarynki dokładnie myjemy, suszymy i ścieramy z nich skórkę. Mieszmamy posiekany czosnek, estragon i sok z mandarynek w celu uzyskania marynaty.

### Krok 2

Mięso oczyszczamy, kroimy na mniejsze kawałki, a następnie posypujemy pieprzem i skórką z mandarynek. Mięso umieszczamy w misce z marynatą i odstawiamy do lodówki na 10 godzin. Przed smażeniem mięso wyciągamy z marynaty i suszymy.

### Krok 3

Cielęcinę smażymy na rozgrzanym oleju z każdej strony, po czym pozostawiamy na gorącej patelni pod przykryciem, aby „doszło”.

### Krok 4

W czasie, gdy mięso dochodzi, robimy sos. Do garnka wrzucamy cukier, podgrzewamy aż do roztopienia i dodajemy ocet, a następnie rosół i marynatę. Całość gotujemy. Na koniec do sosu dodajemy soki, które puści mięso podczas dochodzenia. Mięso przed podaniem kroimy na kawałki i polewamy sosem.

Danie: **Obiad**,

Osób: **4**

Czas: **Powyżej 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

## Składniki:

1 kg cielęciny

1 ząbek czosnku

5 mandarynek

15 g estragonu

1 łyżeczka pieprzu mielonego

5 łyżek oleju do smażenia

## Sos:

1 łyżka brązowego cukru

60 ml białego octu winnego

1 szklanka naturalnego rosółu cielęcego