Ok. 1,5 - 2 kg zrazówki, tłuszcz do smażenia, 1 marchewka, 1 mała pietruszka, 1/2 selera, duża cebula, ziele angielskie, liść laurowy, łyżka mąki, sól, pieprz, ocet do smaku, słoninka do szpikowania z majerankiem, cebulą, solą i pieprzem

Wziąć pięknej zrazówki, zbić, naszpikować słoninką maczaną w soli, pieprzu, majeranku i drobno posiekanej cebuli, nasolić na godzinę.

W rondlu roztopić masła, włożyć pieczeń, następnie obracać na wszystkie cztery strony, aby się na wielkim ogniu zrumieniła - naturalnie bez przykrywy, a nie kłuć widelcem. Gdy już sztufada zrumieniona, daje się krajaną ładnie jarzynę : marchew, pietruszkę, seler, cebulę. Pokropić trochę octem, dać kilka ziarnek ziela angielskiego, 1 listek laurowy, przykryć rondel pokrywą i na wolnym ogniu dusić.

wg Aliny Gniewkowskiej - Współczesna kuchnia domowa