
Pieczony udziec

Dodano: 2010-01-01 14:43:40

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1265 razy.

Kuchnia portorykańska

1-1 i 1/2 udź ce lub combra baraniego

1 litr zsiadłego mleka

2 ząbki czosnku

1/4 łyżeczki pieprzu

2 łyżeczki oregano lub tymianku

1 i 1/2 łyżki oleju jadalnego

2 łyżeczki soli

2-3 łyżki oleju jadalnego

1. Wymyte i osuszone mięso włożyć do naczynia, polać zsiadłym mlekiem, pozostawić w chłodnym miejscu lub lodówce na 24 godz.
2. Mięso wypłukać , wytrzeć ściereczką.
3. Czosnek, pieprz, oregano lub tymianek rozetrzeć, dodać sól, wymieszać z 1 i 1/2 łyżki oleju. Natrzeć mięso, odstawić na 8 godz. lub na noc.
4. Na patelni z mocno rozgrzanym olejem zrumienić mięso ze wszystkich stron, przełożyć do brytfanny, podać 1/2 szklanki wody, piec pod przykryciem w średnio nagrzanym piekarniku (190o C) przez 2 godziny, aż będzie miękkie, polewając sosem wytworzonym podczas pieczenia. .
5. Pieczeń podawać z przysmażonymi, ziemniakami, ugotowaną marchewką z masłem i zieloną sałatą.
Proporcje dla 4-6 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD