PIECZEŃ CIELĘCA LUB Z JAGNIĘCIA "NATURALNA"

Dodano: 2010-01-01 17:40:16
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1409 razy.

1,20 kg cielęciny lub mięsa z jagnięcia bez kości
5 ząbków czosnku
1 łyżka suszonego majeranku lub szałwi
sól
2 łyżki oliwy lub oleju

Mięso oczyścić z błon i ścięgien, umyć, osuszyć. Włożyć do wrzącej wody, doprowadzić do zawrzenia, odcedzić. Natrzeć starannie czosnkiem roztartym z solą i wymieszanym z rozkruszonymi ziołami. Postawić w lodówce w przykrytej misce na ok. 1 godz. Na patelni do smażenia bez tłuszczu rozgrzać olej lub oliwę, włożyć mięso, obrumienić równomiernie ze wszystkich stron, ułożyć w brytfannie, skropić wrzącą wodą, przykryć, wstawić do nagrzanego piekarnika. Upiec, podlewając kilkakrotnie wodą. Upieczone mięso wyjąć z piekarnika, sprawdzić nakłuwając widelcem lub szpikulcem. Jeżeli wypływa przezroczysty płyn, świadczy to o dostatecznym upieczeniu mięsa. Jeśli płyn jest zabarwiony na różowo, należy mięso piec w dalszym ciągu lub podlane wodą dusić na płycie na niewielkim ogniu. Gotową pieczeń pokrajać w plasterki, ułożyć na ogrzanym półmisku. Podawać z dodatkiem pieczonych ziemniaków i sałaty lub surówki ze świeżych ogórków. Pożądanym dodatkiem będzie kompot, ale bez cukru. Pieczeń można także podawać na zimno z sałatkami z warzyw lub z musem owocowym (jabłka, śliwki).

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD