Baranina marynowana

Dodano: 2000-01-01 00:00:00
Język: Polski
Odwiedzono: 3155 razy.

Porcja dla 6 osob. Czas przygotow. 1,5 godz.

500 g chudej baraniny,

3 dl jogurtu,

1,5 lyzeczki soli,

2 duze cebule,

250 g masla,

50 g swiezego imbiru lub 1,5 lyzeczki sproszkowanego,

4 zabki czosnku,

1,5 dl wody,

1/2 lyzeczki czarnego pieprzu,

1 lyzeczka fenugriku,

2 lyzeczki papryki slodkiej,

1 lyzeczka sproszkowanego kminku,

1 czerwona papryczka chilli.

1. Pokroic baranine w kostke (ok. 2,5x2,5 cm), przelozyc do kamionki, zalac jogurtem, osolic. Marynowac w lodowce 24 godz.
2. Posiekac cebule, zrumienic w masle.
3. W niewielkiej ilosci wody (1,5 dl) rozgotowac posiekane imbir i czosnek. Polaczyc z cebula i maslem, gotowac 10 min.
4. Dodac pozostale przyprawy, zagotowac.
5. Do gotujacego sie masla z przyprawami przelozyc mieso z marynata, dusic pod przykryciem 1 godz.
6. Podawac z ryzem, przybrane posiekana i podsmazona czerwona papryczka chilli.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 6 "Kuchnia indyjska", strona 36.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)