
Baranina marynowana

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3177 razy.

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

500 g chudej baraniny,

3 dl jogurtu,

1,5 łyżeczki soli,

2 duże cebule,

250 g masła,

50 g świeżego imbiru lub 1,5 łyżeczki sproszkowanego,

4 ząbki czosnku,

1,5 dl wody,

1/2 łyżeczki czarnego pieprzu,

1 łyżeczka fenugriku,

2 łyżeczki papryki słodkiej,

1 łyżeczka sproszkowanego kminku,

1 czerwona papryczka chilli.

1. Pokroić baraninę w kostkę (ok. 2,5x2,5 cm), przełożyć do kamionki, zalać

jogurtem, osolic. Marynować w lodowce 24 godz.

2. Posiekać cebule, zrumienić w masle.

3. W niewielkiej ilości wody (1,5 dl) rozgotować posiekane imbir i czosnek.

Połączyć z cebulą i masłem, gotować 10 min.

4. Dodać pozostałe przyprawy, zagotować.

5. Do gotującego się masła z przyprawami przełożyć mięso z marynatą, dusić pod przykryciem 1 godz.

6. Podawać z ryżem, przybrane posiekana i podsmażona czerwona papryczka chilli.

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

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