
Filety baranie szpikowane

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2231 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 45 min.

600-700 g miesa na filety z udzca (bez kosci),

75 g sloniny,

50 g szynki,

50 g sklarowanego masla,

2 lyzki maki,

125 ml rosolu,

25 ml madery,

sol, pieprz.

1. Wykroic ze srodka udzca 4 grube, okragle filety. Mieso umyc, osuszyc, oczyszcic z nadmiaru tluszczu i powiezi, pobic lekko palka, osolic, oprosyc pieprzem.

2. Mocno ochlodzona slonine pokroic na dwucentymetrowe slupki, a szynke na podobnej dlugosci paski, po czym szpikowac mieso na przemian slonina i szynka.

3. Filety obsypac maki, obrumienic na masle (na duzym ogniu) po 2 min z kazdej strony. Podlac rosolem, dodac madere, dusic na malym ogniu ok. 10 min.

4. Przelozyc na polmisek, polac sosem, podawac z gotowana fasola ulozona na srodku polmiska w piramide.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 30 "Jagnięcina i baranina", strona 62.

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