

Mięsa podano na stół!

Jagnięcina, kozina, a nawet wołowina są uznawane za trudne do przyrządzenia i rzadko podawane w polskich domach. Właścicielka agroturystyki „Z pastwiska na talerz” udowadnia, że nie wymagają wielkiego nakładu czasu, są pyszne i zdrowe.

Ossobuco jagnięce, czyli gicz w delikatnym sosie

Składniki:

1 kg ossobuco, czyli giczy jagnięcej,
250 ml białego wytrawnego wina,
500 ml bulionu jagnięcego lub warzywnego
(marchew, pietruszka, seler, palona cebu-
la, kilka ziaren kminku, ziela angielskiego,
liście laurowe, tymianek, lubczyk, kurkuma,
imbir, sól),
duży pęczek pietruszki,
otarta skórka z cytryny,
6 ząbków czosnku,
mąka,
tłuszcz do obsmażenia.

Przygotowanie:

Gicz jagnięcą pokroić na około 2-cm plastry tak, by w środku została kość. Każdy naciąć delikatnie po zewnętrznej stronie i oprószyć mąką. Obsmażyć na patelni i przełożyć do naczynia rzymskiego lub żaroodpornego. Na pozostałość tłuszczu po obróbce mięsa wrzucić posiekany czosnek, natkę pietruszki i skórkę z cytryny. Zeszklić przez kilka minut, by nie straciły koloru. Wlać wino i lekko odparować. Mięso w naczyniu zalać sosem z patelni i dopełnić bulionem, by kawałki były zakryte. Piec do miękkości pod przykryciem, około 1,5 godziny w temperaturze 190°C. Ossobuco wyśmienicie smakuje z kopytkami oraz zasmażanymi buraczkami.

Przepisy przygotowała Monika Płecha

FOT. JANUSZ-TWARDOWSKA



Bitki wołowe w sosie jałowcowym



Składniki:

800 g udźca wołowego,
 150 ml ginu,
 4 łyżki mąki,
 2 łyżki masła i oliwy,
 15 ziaren jałowca,
 1/4 łyżeczki mielonego kardamonu i kolendry,
 kilka suszonych grzybów,
 szklanka bulionu wołowego,
 liść laurowy,
 sól i pieprz.

Przygotowanie:

Wołowinę w temperaturze pokojowej pokroić w plastry o grubości ok. 2 cm. Mięso delikatnie rozbić. Oprószyć mąką, szybko obsmażyć na mocnym ogniu i przelać do garnka o grubszym dnie.

Na patelnię wrzucić rozgniecione w moździerzu owoce jałowca, kardamon oraz kolendrę i wymieszać z pozostałościami tłuszczu po smażeniu mięsa. Dodać gin i lekko odparować. Dolać część bulionu i dobrze wymieszać wszystkie składniki.

Sosem zalać mięso. Doprawić solą, pieprzem, liściem laurowym. Dolać resztę bulionu i dusić na małym ogniu około 1,5 godziny do miękkości. Mięso przez cały czas gotowania powinno być przykryte sosem.

Comber koźlęcy po rzymsku

Składniki:

1 kg combra koźlęcego,
 2 duże marchewki,
 1 duża cebula,
 1 cytryna,
 4 ząbki czosnku,
 150 ml wytrawnego białego wina,
 1 łyżka masła,
 2 płaskie łyżeczki rozmarynu,
 100 ml oliwy z oliwek,
 sól i pieprz.

Przygotowanie:

Czosnek, rozmaryn i sól rozetrzeć w moździerzu na jednolitą masę. Dodać sok i otartą skórkę z cytryny, pieprz, wino i oliwę. Marynatę dobrze wymieszać i natrzeć nią kawałki mięsa. Zostawić na kilka godzin, najlepiej na całą noc, w temperaturze pokojowej. Mięso wyjąć z marynaty, oprószyć mąką i obsmażyć na niewielkiej ilości tłuszczu i wyjąć z patelni. Marynatę odparować na tłuszczu z mięsa. Kotleciki ułożone w naczyniu rzymskim lub brytfance zalać sosem z patelni. Cebulę pokroić w krążki, a marchewkę w słupki i podsmażyć na maśle. Dołożyć do mięsa. Jeśli płynu w naczyniu jest zbyt mało, podlać odrobiną wody, by zakryć mięso. Piec w temperaturze 180°C przez około godzinę do miękkości, pod przykryciem (czas pieczenia zależy od rodzaju naczynia).

