Cel mai bun baiţ pentru friptura de miel

Pentru majoritatea românilor, dacă spui masă de Paşti, spui obligatoriu friptură de miel. Înainte de a întâlni cuptorul, carnea de miel trebuie musai să se răcorească în baiţ (sau marinată, cum se mai spune în unele locuri). Iată reţeta:

Ingredinte

- Vin alb
- Ulei de măsline
- Usturoi (de preferat verde)
- Mentă
- Cimbru
- Un pic de busuioc
- Foi de dafin
- Piper
- Boia dulce
- Sare

Mod de preparare

1. Usturoiul se toacă în bucăţi de aprox. 0,5 cm.
2. Menta şi busuiocul se toacă mai mărunt.
3. Toate ingredientele se adaugă în vin, amestecându-se pentru omogenizare.
4. Sarea şi piperul se adaugă după gust.

Cum se pregăteşte carnea pentru friptură.

1. Cantitatea de baiţ (marinată) trebuie să fie suficientă pentru îmbăierea cărnii.
2. Se aşează carnea într-un vas, de preferinţă mai întins (vasele yena sunt excelente).
3. Se toarnă baiţul peste carne şi se trage deasupra o

folie de plastic, de aluminiu ori se etanşeizează cu un capac pentru a sigila vasul şi a forţa aromele să se fixeze în carne.

4. Vasul cu carne se pune la frigider.
5. Ideal e atunci când carnea este pusă în baiţ cu o zi inainte de a fi dată la cuptor. Astfel, aveţi timp să întorceţi carnea cu câteva ore înainte de a fi dată în cuptor, pentru a fi pătrunsă cât mai bine de baiţ.
6. Dacă nu aveţi timpul necesar, lăsaţi carnea în baiţ măcar 2-3 ore.

Sursa: www.paradisverde.ro