

Cel mai bun baiț pentru friptura de miel

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

Ingrediente

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

Cum se pregătește carnea pentru friptură.

1. Cantitatea de baiț (marinată) trebuie să fie suficientă pentru îmbăierea cărnii.
2. Se așează carnea într-un vas, de preferință mai întins (vasele yena sunt excelente).
3. Se toarnă baițul peste carne și se trage deasupra o

folie de plastic, de aluminiu ori se etanșeizează cu un capac pentru a sigila vasul și a forța aromele să se fixeze în carne.

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

Sursa: www.paradisverde.ro