

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)
- Menta
- 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 baiț 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 baiț.
6. Dacă nu aveți timpul necesar, lăsați carnea în baiț măcar 2-3 ore.

Sursa: www.paradisverde.ro

Cum se face borsul de miel

Ciorba de miel este un preparat care imbogatește masa de **Paste**. Cum în mod tradițional de Paste aproape fiecare familie avea un miel dedicat acestei sărbători, exista câte un preparat care folosește câte o parte din miel. La **ciorba de miel** se folosesc de obicei oase: capul mielului (care după fierbere se sparge și se pun în **ciorba** ochii, limba și creierul), gatul, picioarele, pieptul. Cine are un miel, sau cumpără unul întreg, va avea și organe. Din organe și prapor se face **drob**. Matele se curată bine, se toacă și se pun și ele în **ciorba**. Iar din pulpe și coaste se face o delicioasă **friptura**. Ce mai, e o întreagă aventură gastronomică pentru iubitorii de **miel**.

Eu vă propun astăzi o **ciorba de miel** simplă și tare gustoasă. Am ales să folosesc pentru **ciorba**, piept de **miel** și gat de miel, care au avut deopotrivă suficiente oase și suficientă carne pentru o ciorba gustoasă. Sunt sigură că **ciorba** iese mai

gustoasa cu cap de miel fiert in ea, dar eu una nu am facut niciodata cu cap si am inteles ca este destul de complicat de desfacut dupa fierbere. Daca aveti pe langa voi ajutoare experimentate si aveti toate ingredientele, utilizati tot ce se foloseste traditional pentru ciorba. Dar trebuie neaparat sa folositi bors!

- *Timp de Preparare:* 20 minute
- *Timp de Coacere:* 01h 30min
- *Portii:* 6

Ingrediente:

- piept de miel – 2 bucati (am folosit un kilogram impreuna cu bucatile de gat)
- gat de miel – 5 bucati
- bors – 1 litru
- ceapa – 2 bucati
- telina – 1 bucata
- morcovi – 2 bucati
- ceapa verde – 1 legatura
- pastarnac – 1 bucata
- radacina de patrunjel – 2 bucati
- leustean – 1 legatura
- patrunjel – 1 legatura
- smantana lichida – 100 ml
- orez – 100 grame
- oua – 2 bucati
- sare – 1 lingurita
- boabe de piper – 1 lingurita

Instructiuni:

- Carnea se spala bine si se taie in bucati mai mici. Pieptul este destul de dificil de taiat cu cutitul si s-ar putea sa aveti nevoie de o toporisca pentru a taia oasele.



- Se pune carnea la fiert in patru litri de apa si se spumeaza cat de des posibil. Se lasa sa fiarba 30 de minute.



- Cat timp se fierbe carnea (si neaparat se ia spuma) se toaca marunt legumele si verdeata. Dupa preferinte, mai mari, mai mici, cum va plac.



- Dupa 30 de minute se adauga morcovul, pastarnacul, telina, ceapa uscata si radacina de patrunjel tocate. Se lasa la fiert pana se inmoaie legumele.



- Se adauga ceapa verde, tocata marunt, si orezul, si se lasa la fiert 20 de minute (sa infloreasca orezul).



- E timpul acum sa adaugati borsul, sare si boabele de piper si sa mai lasati 10 minute sa se acreasca.



- Cele doua oua se bat si se amesteca cu smantana. Peste acest amestec se adauga un polonic de ciorba (astfel incat sa nu se branzeasca smantana cand o adaugati in ciorba fierbinte).



- Amestecul se adauga in ciorba (pe care o dati de pe foc si o lasati sa se raceasca zece minute) si se amesteca bine.

- La final se adauga verdeata.



- Se serveste calda pe masa de Paste si nu numai.

Pofta buna!

Sfaturi:

1. Aveti grija sa gustati atunci cand adaugati bors si sa acriti ciorba in functie de gustul dumneavoastra, nu neaparat in functie de cantitatea recomandata de mine, deoarece eu acresc ciorba dupa gustul meu. O alta variabila poate fi borsul pe care il folositi, al carui grad de acreala poate varia in functie de brandul pe care il cumparati, sau in functie de cat de acru e borsul de casa.

Sursa: www.gatesteusor.ro

Sursa video: www.YouTube.com