



Hozzávalók:

1 kg pörköltnek való csontos bárányhús, 1 nagy vöröshagyma, 5-6 evőkanál olaj (eredetileg 8 dkg zsír), 1-2 gerezd fokhagyma vagy fél kiskanál fokhagymakrém, 2 sárgarépa, 1 petrezselyemgyökér, 1-1 közepes nagyságú zsenge zeller és karalábé, só, őrölt fekete bors, 1-1 paradicsom és zöldpaprika (tévépaprika)- amikor túl drága, ezeket kihagyhatjuk, 1 szárított csersznyepaprika (lehet fél kiskanál Erős Pista vagy csípős Piros Arany is), maréknyi zöldborsó (idényen kívül fagyasztott is lehet), 2 evőkanál mustár, 2 kis pohár (300 gramm) tejföl

a májgaluskához:

25 dkg báránymáj, 1 újhagyma, fél csokor petrezselyem, 2-2 púpozott evőkanál finomliszt és zsemlemorzsa, 1 tojás, só, őrölt fekete bors

1. A bárányhúst ahogy a csont engedi 2,5 centis kockákra, a megtisztított hagymát finomra vágjuk. Egy fazékban vagy egy lábasban az olajat megforrosítjuk, az előzőeket ráadjuk, és közepes lángon kb. 15 perc alatt kevergetve megpirítjuk. A vége felé a zúzott fokhagymával fűszerezünk.
2. A zöldségeket megtisztítjuk, a kisujjnyinál kicsit kisebb hasábokra vágjuk. A hústra dobjuk, kevergetve további 6-8 percig pirítgatjuk. Megsózzuk, megborsozzuk. Kb. 2 liter vízzel fölöntjük, nagy lángon fölforraljuk. A paradicsomot, a zöldpaprikát és a csersznyepaprikát belerakjuk. Kis lángra állítjuk, kis rést hagyva lefedjük, és kb. 1 órán át főzzük, míg a hús is, a zöldségek is megpuhulnak. Kb. 15 perccel azelőtt, hogy megpuhulna, belerakjuk a zöldborsót is.
3. Amíg a hús puhul, a báránymáját ledaráljuk, a nagyon apróra vágott újhagymával, a finomra aprított petrezselyemmel, a liszttel, a morzsával és a tojással összedolgozzuk, megsózzuk, megborsozzuk. Fél órára félretesszük, hogy a morzsa megduzzadhasson benne. Végül vágódeszkáról késsel aprítva a májgaluskát a levesbe szaggatjuk, bár ezt külön sózott, forrásban lévő vízben is kifőzhetjük, majd leszűrve mehet is a levesbe.
4. A mustárt a tejföllel és egy kevés forró levessel simára keverjük, a levesbe zúdítjuk. Megkóstoljuk, ha kell utánafűszerezünk. 5 perc főzés után tálalható.

Kunszentmiklósi báránypulyás

5 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag: 532 kcal