



Fotó: Balogh Tamás

Hozzávalók:

2 kg darabolt borjúcsont (marhacsont), 2-2 sárgarépa és petrezselyemgyökér, 1 közepes zellergumó fele, 2 vöröshagyma, 1 alma, 1 narancs, 4 evőkanál kristálycukor, 5 evőkanál sűrített paradicsom (paradicsompüré), 4 babérlevél, néhány tekerésnyi őrölt fekete bors, 1 kiskanál szárított kakukkfű, pár szem szegfűbors, pár szem borókabogyó, 4 liter víz, 2 evőkanál só, 3 evőkanál mustár, 2 púpozott

evőkanál finomliszt, 5 dl vörösbor, 4 evőkanál sárgabaracklekvár

1. Mindenképpen földarabolt csontot vásároljunk, mert otthon ezt igen nehéz földarabolni. tepsiben szétterítjük és forró sütőben (250 °C) kb. 20 percig sütjük. A sütőből kivéve azonnal aláöntünk 2 deci vizet, hogy a tepsi alján leragadt ízes részek föloldódjanak, plussz ízt adva ezzel a barnamártásnak.
2. Az összes zöldséget dörzsikével alaposan megmossuk, de meghámozni nem kell. A hagymát is elég megmosni, meghámozni ezt sem kell, ahogyan az almát és a narancsot sem. Mindezeket karikákra vágjuk.
3. A cukrot nagy lábasban karamellizáljuk, majd mielőtt megéghetne, a zöldségeket rászórjuk, összekeverjük. (Ha a cukor túlpirul, szinte fekete és keserű lesz!) A paradicsompürét hozzáadjuk, együtt pirítjuk 6-8 percig, de vigyázzunk, nehogy megégjen. Közben a babérlevéllel, néhány tekerésnyi frissen őrölt fekete borssal, a szárított kakukkfűvel, a szegfűborssal és a borókabogyóval fűszerezzük.
4. 4 liter vízzel fölöntjük, megsózzuk, a mustárral ízesítjük. A pirított csontokat ízes levéllel együtt hozzáadjuk. Nagy lángon fölforraljuk, majd kis lángon 4 órán át főzzük. Ezalatt bőven van időnk arra, hogy a lisztet szárazon, azaz zsiradék nélkül, egy serpenyőben gyakorta megkeverve barnára pirítsuk. Nagy tételben sütőben tepsiben szokás pirítani, de egyre vigyázni kell: légkeveréses fokozaton ezt sose tegyük, mert a liszt szanaszét repül.
5. Az ízes mártásalapot 4 óra elteltével a tűzről lehúzzuk, és 5 percre félretesszük, hogy a zsírja följöjjön a tetejére. Ebbe szitáljuk bele a pirított lisztet, és megvárjuk, amíg a zsiradék ezt beissza, így nem lesz csomós. A borral ízesítjük, újra tűzre tesszük. Kevergetve fölforraljuk, majd kis lángra állítva főzzük 3 órán át. Az utolsó 1 órában habverővel többször belekeverünk, hogy a zöldségek, gyümölcsök és a csontról leföví hús minél jobban szétmenjen benne.
6. Baracklekvárral ízesítve beállítjuk az édességét, majd sűrű szövésű szitán átszűrjük, egy

kicsit át is passzírozzuk, hogy tartalmasabb legyen. Ha kell, utanasózzuk, fűszerezzük. Sötét húsokhoz (marha és vad) illik leginkább.

Jó tanács

- Ha vadételekhez használjuk, borjúcsont helyett vadcsonttal készítsük.
- Főzés közben, ha éppen úgy adódik, több mindennel is gazdagíthatjuk az ízet: maréknyi kiszáradt másra nem alkalmas aszalt gyümölcs, húsról lefejtett hártyás részek (például a bélszín hártyája), üveg aljába száradt 1-2 evőkanálnyi lekvár stb. mind belekerülhet.
- Letakarva hűtőszekrényben 5-6 napig gond nélkül eláll.
- Érdeemes egyszerre nagyobb mennyiséget főzni belőle, mert sok idő, mire elkészül, ellenben adagokban lefagyasztható.

8 főre

Elkészítési idő: 8 óra (ebből csak 40-50 perc a munka)

Egy adag: 185 kcal

Könnyen elkészíthető.

Letakarva hűtőszekrényben 2 hétig eláll.

Lefagyasztható.