



Fotó: Balogh Tamás

Hozzávalók:

1 sertésszív (kb. 30 dkg), 1 sertésnyelv kb. 30 dkg, 1 közepes fej vöröshagyma, kb. 1 csapott evőkanál só, só, 2 nagy gerezd fokhagyma, 8-10 szem fekete bors, 1-2 babérlevél, 2 nagyobb sárgarépa, 1 nagyobb petrezselyemgyökér, 50 dkg burgonya, 4 evőkanál olaj, 2 csapott evőkanál finomliszt, 1 mokkáskanál pirospaprika, 1-2 kiskanál mustár, 4-5 evőkanál tejföl, 1 kisebb citrom leve

1. A szívet meg a nyelvet megtisztogatjuk, gondosan megmossuk, 1×1 centis kockákra vágjuk, majd kb. 1,5 liternyi vizet öntünk rá. A megtisztított hagymát apróra vágjuk, a belsőséghez adjuk, megsózzuk, és a zúzott fokhagymával, az egész borssal meg a babérlevéllel fűszerezük. Kis lángon lefödve kb. kétharmad puhulásig főzzük, ez nagyjából 1 óra.
2. A répát és a gyökeret megtisztítjuk, 3-4 milliméter vastag karikákra vágjuk, a belsőséghez adjuk. További 20 percig főzzük.
3. A burgonyát meghámozzuk, kb. 2 centis kockákra vágjuk, a készülő leveshez adjuk, kb. 20 perc alatt együtt puhára főzzük.
4. Közben az olajból meg a lisztből késhegynyi pirospaprikával rántást készítünk. Amikor kihűlt, a mustárral, a tejföllel és egy kevés hideg vízzel simára keverjük, a levesbe öntjük. Néhány percig kevergetve forraljuk, ezalatt a leve kellően besűrűsödik, végül utánafűszerezük, és a jól megmosott citrom kifacsart levéllel pikánsra ízesítjük.

4 főre

Elkészítési idő: kb. 2 óra

Egy adag: 585 kcal