

Spárgás őzraguleves Józsika kedvére – készítette Nemeskövi Dénes
mesterszakács



Hozzávalók:

60 dkg kicsontozott őzlábszár (lapocka vagy nyak is lehet), só, 1 kiskanál egész fekete bors, 1 gerezd fokhagyma, 2-3 ágacska friss kakukkfű, 1 apró vöröshagyma, 5 dkg vaj, 1 púpozott evőkanál finomliszt, 1 nagy csokor petrezselyem, 30 dkg spárga, kb. 1 mokkáskanál frissen őrölt fehér bors, 1 narancs reszelt héja, 1 tojássárgája, 1,5 dl főzőtejszín

a vajasgaluskához:

1 tojás, 3 dkg vaj, csipetnyi só, 3-4 evőkanál finomliszt

1. A húst 2 centis kockákra vágjuk, és egy fazékban, hideg vízben fölteszük főni. Ha forr, leszűrjük, a húst hideg vízzel jól leöblítjük, és alaposan kimossuk a fazekat is. Újra belerakjuk a húst, és 1,25 liter hideg vízzel fölöntjük. Ha fölforrt, kis lángra állítjuk, tetején keletkező szürkés habját szűrőlapáttal leszedjük. Kezdeképpen 1 púpozott kiskanál sót szórunk bele. A borsot, a megtisztított fokhagymát, a kakukkfűvet és a finomra vágott vöröshagymát teatojásba vagy egy kis darab gézvásznonba rakjuk, így adjuk a húshoz. Kis rést hagyva lefedjük, és kis lángon főzzük bő 1 órán át, ezalatt az őz vajpuha lesz.
2. Amíg a hús fő, a spárga végeit kb. félcenti vastagon levágjuk, majd a szálakat kb. fél órára jéghideg vízbe áztatjuk, ez felfrissíti a spárgát, még akkor is, ha zsenge, ráadásul majd meghámozni is könnyebb. Elkészítjük a rántást is: a vajat egy kislábasban fölolvastjuk, és a lisztet kevergetve 1 perc alatt megfuttatjuk rajta. A tűzről levéve a finomra vágott petrezselyemmel fűszerezük.
3. A spárgát lecsöpögtetjük, és egy speciális spárgahámozóval vékony héját lehántjuk. A spárgahéjat egy kisebb lábasba rakjuk, 3 deci vizet öntünk rá, és kb. 15 percig főzzük. A készülő leveshez szűrjük, így annak intenzívebben spárga íze lesz. A kihűlt rántást egy merőkanálnyi forró levessel simára keverjük, így öntjük a puha húshoz. Kis lángon forraljuk. A spárgát 2 centis darabokra vágjuk, először a törzsét adjuk a levesalaphoz, majd 2 percnyi forralás után a spárgafejeket is. Újabb 2 percig főzzük, így roppanós, resz marad. Közben megborsozzuk, a jól megmosott narancs héját belereszeljük.
4. A vajasgaluskához a tojást a puha (szobahőmérsékletű) vajjal kikeverjük, csipetnyit megsózzuk, és annyi lisztet adunk hozzá, hogy sűrű galuskatészta legyen belőle. Egy kisebb

Spárgás őzraguleves Józsika kedvére - készítette Nemeskövi Dénes
mesterszakács

vágódeszkára kanalazzuk, amiről egy kés fokával a levesbe apró galukákat szaggatunk belőle. Éppen csak 2 percig főzzük, ha kell, utanasózzuk, fűszerezzük. A tojássárgáját a tejszínnel simára keverjük. Először egy kevés forró levessel keverjük simára, majd így keverjük bele a tűzről lehúzott többi levesbe. Ezt a műveletet szakmailag legírozásnak nevezzük.

4 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag: 533 kcal • fehérje: 40,4 gramm • zsír: 27,8 gramm • szénhidrát: 29,9 gramm • rost: 3,3 gramm • koleszterin: 316 milligramm