



Forrás: Pecsényék, sülték
Fotó: Balogh Tamás

Hozzávalók

4 szelet kicsontozott sertéskaraj (egyenként kb. 16 dkg), 25 dkg zsírosabb darált sertéshús, 2 kiskanál só, 3 gerezd fokhagyma, 1 csapott kiskanál őrölt fekete bors, 1 csapott kiskanál jóféle pirospaprika, 5 evőkanál olaj, fél kiskanál paradicsompüré (sűrített paradicsom), 1 púpozott kiskanál finomliszt, 4 dl víz

1. A karajszeleteket lapjában, éles késsel nem túl hosszán bevágjuk, közepüket kimélyítjük, sőt, ujjal belenyúlva kitágítjuk. Az a jó, ha olyan, mint egy zseb. A darált húst fél kiskanál sóval, 1 gerezd zúzott fokhagymával, a bors egyharmadával meg a pirospaprikával összedolgozzuk, majd a szeletek üregébe töltjük, a nyílást hústúvel lezárjuk.
2. 1 kiskanál sóval behintjük, a megforrósított olajban körös-körül elősütjük, és lecsöpögtetve félrerakjuk. Visszamaradó zsírjában a paradicsompürét a liszttel 1 percig pirítjuk, majd 4 deci vízzel fölöntjük. A maradék sóval, fokhagymával és borssal ízesítjük, nagy lángon kevergetve fölforraljuk.
3. A töltött karajokat belerakjuk, és lefödve, kis lángon kb. 40 percig pároljuk. Tálaláskor - miután a hústút kihúztuk belőle - pecsenyelevével meglocsoljuk. Pásztortarhonya illik hozzá köretnek.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy adag (köret nélkül): 487 kcal