

Rántot körömfalatok fűszeres paradicsomos mártogatóval – Nemeskövi Dénes mesterszakács receptje



Hozzávalók:

3 fél sertésköröm, só, néhány szem fekete bors, 2 gerezd fokhagyma, 1 vöröshagyma, néhány petrezselyemág, 1 mokkáskanál köménymag, őrölt fekete bors, fél citrom, fél csokor korianderzöld vagy petrezselyem, 3-4 evőkanál finomliszt, 2 tojás, 4-5 evőkanál zsemlemorzsa
a sütéshez:

bő olaj

a fűszeres paradicsomos mártogatóhoz:

1 vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma, cseresznyéni gyömbér, 2-3 evőkanál olaj, 1 doboz hámozott kockázott konzervparadicsom, 1-2 evőkanál sűrített

paradicsom (esetleg ketchup), 1-2 evőkanál szójaszószt, 1 mokkáskanál szezámolaj, só, őrölt fekete bors

1. A körömet a hentesnél lapjában kettévágatjuk. Otthon aztán leforrázzuk, lemossuk. Főzhetjük kuktában vagy lábasban egyaránt. Előbbi esetben annyi hideg vizet öntsünk rá, amennyi a köröm jó feléig ér, utóbbi esetben annyit, hogy jól ellepje. Megsózzuk, néhány szem fekete borssal, fölszeletelt fokhagymával és hagymával, néhány petrezselyemággal és egész köménnyel fűszerezük. Kuktában a forrástól számított 45 perc, míg lábasban bő 3 óra, amíg megpuhul.
2. Levében húlni hagyjuk. Ezután lecsöpögtetjük, egyenként kiskéssel kicsontozzuk, és falatnyi, 2-3 centis darabokra vágjuk. Enyhén megsózzuk, megborsozzuk, pár csepp citromlével és a finomra vágott korianderzölddel fűszerezük, de tehetünk rá zúzott fokhagymát is.
3. Hagyományos módon bundázzuk, azaz lisztben, fölvert tojásban majd zsemlemorzsaiban megforgatjuk, és bő, forró olajban roposz-roposz aranybarnára sütjük.
4. Mindegyikbe egy fogvájót szúrunk, tányérra rakjuk, és mellé tesszük a paradicsomos mártogatót is, amibe mindenki maga mártja bele a falatkáját, mielőtt bekebelezné.
5. Utóbbi úgy készül, hogy a hagymát, fokhagymát és gyömbért tisztítás után finomra vágjuk, és egy lábasban vagy serpenyőben, a megforrósított olajon 1-2 perc alatt kevergetve megfuttatjuk. Levélvel együtt ráöntjük a konzervparadicsomot, hozzáadjuk a sűrítettet is, szójaszósszal és szezámolajjal ízesítjük. Pár percre forraljuk, enyhén megsózzuk, megborsozzuk.

Rántot körömfalatok fűszeres paradicsomos mártogatóval -
Nemeskövi Dénes mesterszakács receptje

4 főre

Elkészítési idő: 30 perc + a köröm főzése

Egy adag: 764 kcal • fehérje: 29,3 gramm • zsír: 58,2 gramm • szénhidrát: 29,8 gramm •
rost: 3,2 gramm • koleszterin: 175 milligramm