

## Mangalicapörkölt „füstölt beütéssel”



### Hozzávalók:

1 kisebb mangalica füstölt csülök, 2 nagy vöröshagyma, 10 dkg mangalicazsír vagy kb. 1 dl olaj, só, 2 csapott evőkanál jóféle pirospaprika, 2,5 kg pörköltnek való mangalicahús (kicsontozott bőrös csülök, lapocka, de kerülhet bele köröm, oldalas vagy füle-farka is), fél kiskanál köménymag, 4-5 gerezd fokhagyma, 1 kiskanál csípős Piros Arany vagy Erős Pista, 1 dl zamatos fehérbor (ez el is maradhat)

1. A bográcsolást megelőző este a füstölt csülköt annyi vízben, amennyi ellepi, egy fazékban puhára főzzük és levében húlni hagyjuk. Ugyancsak előre elkészítjük a pörköltalapot is. Ehhez a hagymát megtisztítjuk, finomra vágjuk és a zsíron, kis lángon megfonnyasztjuk. Közben fél kiskanál sót szórunk rá, mert ez segít, hogy a hagyma könnyebben szétfőjön. A pirospaprikát belekeverjük, majd azonnal, nehogy a paprika megégjen, 1 nagy pohár (kb. 4 deci) vízzel fölöntjük, majd lefödve, kis lángon kb. 20 percig főzzük, húlni hagyjuk.
2. A mangalicahúst 2,5-3 centis kockákra vágjuk, egy bográcsba rakjuk. Közepesen erős tűz fölé állítjuk és keverve vagy a bogrács fülénél rázogatva 25-30 percig pirítjuk-pároljuk. Miután a mangalicahús önmagában zsíros, így nem kell hozzá külön zsír és nem kell alá szalonna sem! Ilyenkor még se só, se fűszer nem kell bele, hogy a hús saját levében párolódjon, jobban érvényesülhessen saját íze.
3. Az előző nap elkészített pörköltalapot hozzáadjuk, majd a csülök főzőlevéből annyit teszünk hozzá, amennyi füstölt ízt szeretnénk bele. Vízet öntünk még hozzá, nagyjából annyit, hogy a húsokat ellepje. Megsózzuk, de számoljunk azzal, hogy a füstölt hús főzőleve is sós! A köménymaggal együtt finomra vágott fokhagymával fűszerezzük, a Piros Arannyal ízesítjük. Aki szeretne egy kicsit variálni a fűszerekkel, 1-2 babérlevelet, pár szem szegfűborsot és egy kevés majoránát is beletehet. Lefödve, közepesen erős tűz fölött kb. 2 óra alatt puhára pároljuk, közben többször megkeverjük, elfövő levét pótoljuk.
4. A végén megkóstoljuk, ha kell utána fűszerezzük. Önthetünk hozzá egy kevés fehérbort is. Tálalás előtt az 1,5 centis kockákra vágott főtt füstölt csülökkel is gazdagíthatjuk. Ropogós héjú, puha bélű kenyérral, savanyúsággal és fehérborral adjuk asztalra.

### Jó tanács

- A pörkölt ízét csemege vagy csípős gulyáskrémrel, csemege Piros Arannyal és

## Mangalicapörkölt „füstölt beütéssel”

pörköltízestővel is megbolondíthatjuk:

10 főre

Elkészítési idő: 2,5 óra + a füstölt hús főzése

Egy adag (köret és füstölt csülök nélkül): 590 kcal • fehérje: 30,5 gramm • zsír: 51,0 gramm  
• szénhidrát: 1,9 gramm • rost: 0,5 gramm • koleszterin: 125 milligramm