



Hozzávalók:
a vetrecéhez:

70-75 dkg kicsontozott marhanyak,
rostélyos vagy lábszár (nyers marhanyelv is lehet), 10-12 dkg füstölt szalonna, 20 dkg
vöröshagyma, 2-3 gerezd fokhagyma, 1 púpozott evőkanál sertészsír (3 evőkanál olaj is
lehet), 2 babérlevél, 1 csapott mokkáskanál őrölt fekete bors, 1 kiskanál piros paprika, kb. 1
púpozott kiskanál só, 2 dl fehérbor, 1 kis doboz (150 gramm) tejföl, 1 púpozott kiskanál
finomliszt, kicsit kevesebb mint 1 evőkanál citromlé, 1 csapott evőkanál mustár
a puliszkához:

5 dl tej, 5 dl víz, 2 csapott kiskanál só, 8 dkg vaj, 25 dkg kukoricadara

1. A húst rostjaira merőlegesen kisujjnyi vastagon fölszeleteljük, majd ugyanilyen vastagságban csíkokra vágjuk. A szalonnát ennél jóval vékonyabb csíkokra metéljük. A hagymát megtisztítjuk, finomra aprítjuk, a fokhagymát pépesre zúzzuk.
2. A zsírt lábasban kissé megforrósítjuk, a szalonnát rádobjuk (bőre is belemehet), és pörccsre sütjük. Ekkor szórjuk bele a vöröshagymát, és pár perc alatt üvegesre sütjük. A húst hozzáadjuk, kevergetve fehéredésig pirítjuk, közben a zúzott fokhagymával ízesítjük, a babérral és a borssal fűszerezük.
3. A tűzről lehúzza a piros paprikával színezzük, megsózzuk, 1 deci vizet és 1,5 deci bort öntünk alá.
Kis lángon, lefödve, a hústól függően 1 óra 20 perc -1 óra 40 perc alatt puhára pároljuk, közben elpárolgó levét folyamatosan vízzel pótoljuk. (A videós változathoz 2x 1 dl víz került.)
4. Amíg a hús puhul, megfőzzük a puliszkát. Ehhez a tejet a vízzel és a sóval együtt fölforraljuk, majd beledobjuk a vaj felét. A kukoricadarát beleszórjuk, kevergetve 2-3 perc alatt sűrűre főzzük. Ezután folpackkal bélelt őzgerinc- vagy püspökkenyér formába simítjuk,

szorosan lefedjük, így hagyjuk megpuhulni és kihűlni.

5. Amikor a hús puha, a tejfölt a maradék fél deci borral, a citromlével, a mustárral és a liszttel simára keverjük, egy keveset a hús párolólevéből belemerünk, majd az egészet a készülő vetrecéhez öntjük. 2-3 percig forraljuk, ezalatt leve mártásszerűen besűrűsödik. Ha kell utána sózzuk.

6. A puliszkát vágódeszkára borítjuk, 1 centi vastagon fölszeleteljük, majd serpenyőben, a megforrosított maradék vajon kissé megpirítjuk. Tálaláskor a vetrece köré halmozzuk. Díszíthetjük tejföllel, petrezselyemmel, citromkarikával.

5 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag (körettel): 871 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.