

Pirított sertésmáj vagy csirkemáj (reszelt máj) sós burgonyával -
készült az OnLive© főzőiskolában



Hozzávalók:

kb. 40 dkg vöröshagyma, 6 evőkanál olaj vagy 3 evőkanál zsír, fél mokkáskanál őrölt fekete bors, fél kiskanál majoránna, 1 kiskanál jóféle pirospaprika, kb. 1 kiskanál só, 60 dkg sertésmáj vagy csirkemáj

a sós burgonyához:

1 kg (tisztítva 80 dkg) burgonya, só

1. A körethez való burgonyát 2,5 centis kockákra vágjuk, enyhén sózott vízben feltesszük főni.
2. A hagymát megtisztítjuk, félfőre (félkarikákra) vágjuk. Egy széles serpenyőben, az olaj vagy a zsír hétharmadán, közepes lángon 6-8 perc alatt megfonnyasztjuk. Közben 1 csapott kiskanál sóval ízesítjük, a borssal, a majoránnával fűszerezünk. A pirospaprikával meghintjük, jól elkeverjük, 1 deci vizet öntünk hozzá, 5-6 percig pároljuk. A végére zsírára sütjük.
3. A májat kissé lapjában kisujjnyi vastag szeletekre, majd ugyanilyen széles csíkokra vágjuk. Ha csirkemájat használunk, azt 2-3 egyforma darabra vágjuk.
4. A klasszikus változat szerint a májat a zsírára pirult hagymás alaphoz keverjük, 3-4 percig pirítjuk, amíg körös-körül ki nem fehéredik. Kb. 1 deci vízzel fölöntjük, 2 percig főzzük és már kész is. A vége felé megsózzuk. (Ha egy kicsit sűrűbb szaftot szeretnénk neki, akkor a lepirított májat fél kiskanál liszttel meghintjük, elkeverjük, 2 deci vízzel öntjük fel.) A másik változat szerint a maradék zsiradékot egy serpenyőben megforrósítjuk, a májat

Pirított sertésmáj vagy csirkemáj (resztelt máj) sós burgonyával -
készült az OnLive© főzőiskolában

ráakjuk, keverve-rázogatva kb. 4 percig pirítjuk, a vége felé megsózzuk. A hagymás alaphoz adjuk, jól összerázzuk, 2-3 percig pároljuk. Ennek a változatnak az előnye, hogy a máj pirulását-puhulását jobban lehet felügyelni, ami fontos, hisz csak pár perc kell ahhoz, hogy a máj megpuhuljon, ellenben ha túl főzzük, megkeményedik. Máris tálalható, a leszűrt sós burgonya kíséretében.

4 főre

Elkészítési idő: 30 perc

Egy adag hagyományos változat: 480 kcal

Egy adag külön pirított változat: 524 kcal

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