

Burgundi marharagu (Boeuf Bourguignon)



Hozzávalók:

12 dkg szeletelt húsos füstölt szalonna (sliced bacon), 20 dkg vöröshagyma, 5 kisebb sárgarépa, 3 gerezd fokhagyma, 1 kg marhanyak, 8 evőkanál sütéshez való olívaolaj, só, frissen őrölt fekete bors, 4 dl vörösbor, 4 dl marhahúsleves (leveskockából is jó), 1 evőkanál sűrített paradicsom, 1 kisebb fűszercsokor (5-6 ág petrezselyem, 1 nagy babérlevél, 2-3 ágacska friss kakaukkfű), 15-20 gyöngyhagyma vagy salottahagyma, 50 dkg barna csiperkegomba a sűrítéshez (lisztes vajhoz): 5 dkg vaj, kb. 2 evőkanál finomliszt

1. A szalonnát ujjnyi széles csíkokra vágjuk, forrásban lévő vízbe rakjuk, 5-6 percig főzzük, majd leszűrjük, hideg vízzel leöblítjük, és konyhai papírtörlőre szedve lecsöpögtetjük. Erre a műveletre azért van szükség, hogy a szalonna valamicskét veszítsen füstölt ízéből. A zöldségeket megtisztítjuk, a hagymát szálásra, a répát kissé ferdén 2-3 darabra, a fokhagymát finomra vágjuk. A húst nagy, kb. 4 centis kockákra daraboljuk.
2. Egy nagy serpenyőben, lehetőleg olyanban, amit a sütőbe is betehetünk, 2 evőkanál olajat forrósítunk, és a húst körös-körül megpirítjuk rajta, közben megsózzuk, megborsozzuk. Átrakjuk egy tálba. A serpenyőbe 1 evőkanál olívaolajat öntünk, és a szalonnát jó félig megpirítjuk rajta. A hagymát hozzáadjuk, 4-5 percig együtt pirítjuk. Ekkor kerül bele a fokhagyma és a répa, együtt pirítjuk még 4-5 percig. A vörösborot és a levest ráöntjük, fölforraljuk, a sűrített paradicsomot és a fűszercsokrot belerakjuk. Lefedjük, előmelegített sütőbe toljuk, és kb. 160 °C-on pároljuk 2 órán át.
3. Amíg a hús puhul, a gyöngyhagymát héjastól forrásban lévő vízbe szórjuk. 1 perc elteltével leszűrjük, meghámozzuk. 1 evőkanál olívaolajat serpenyőben kissé megforrósítunk, a hagymát rárakjuk, keverve-rázogatva pár perc alatt kissé megpirítjuk. Kb. 2 decinyi vizet, még jobb, ha húslevest öntünk rá, 1 kisebb csokor fűszercsokrot (feleakkorát, mint amilyenel a húst fűszereztük) hozzáadunk, lefedve, kis lánggal kb. 20 percig pároljuk. Akkor jó, ha a végére zsírára sül, ekkor kissé .
4. A gombát megtisztítjuk, nagyobb cikkekre vágjuk. Nagy serpenyőben 1 evőkanál olívaolajat forrósítunk, és a gombát megpirítjuk rajta.
5. Amikor a hús puha, a tetejéről a látható zsiradékot lekanalazzuk, majd az egészet újra

Burgundi marharagu (Boeuf Bourguignon)

főlforraljuk. Szaftját lisztes vajjal fogjuk sűríteni, amihez a vajat a liszttel összedolgozzuk, majd kis darabokban a mártásba morzsoljuk. 2-3 percig forraljuk, ezalatt kellően besűrűsödik. Ha kell, utánaízesítjük. Belerakjuk a hagymát és a gombát, ha kell utánaízesítjük. Petrezselymes vajon pirított krumplival vagy krumplipürével tálaljuk.

5 főre

Elkészítési idő: 3 óra

Egy adag (köret nélkül): 928 kcal

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