

Tűzdelt mustos pecsenye



Hozzávalók:

4 szelet (egyenként kb. 15 dkg)
marhahátszín vagy fehérpecsenye, 10 dkg
füstölt szalonna, só, őrölt fekete bors, 3-4
evőkanál olaj, 1 vöröshagyma, 1-1
sárgarépa és petrezselyemgyökér, 20 dkg
fejvelő, 5 dkg mazsola, 2 dl szűrt húsleves
(leveskockából is készülhet), 2,5 dl must
(esetleg muskotályos bor), 1 szegfűszeg,
kis darabka fahéj

1. A húst kissé kiverjük, hogy a rostjait föllazítsuk, majd a vékony csíkokra vágott szalonnával megtűzdeljük (kiskéssel minden szeletbe néhány lyukat fúrunk, ezen bújtatjuk át a szalonnát). Megsózzuk, megborsozzuk, az olajon hirtelen elősütjük és félretesszük.
2. A visszamaradó olajjal kikenünk egy cserépedényt. A hagymát meg a zöldséget megtisztítjuk, karikákra vágjuk és a megmosott, lehártyázott velő egyharmadával az edénybe rakjuk. Az elősütött húst ráfektetjük, a mazsolával megszórjuk, a levest meg a mustot ráöntjük. A szegfűszeggel és a fahéjjal fűszerezzük, majd lefödve, sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 160 °C) puhára pároljuk.
3. Amikor kész, a húst egy kevés zöldséggel meg a mazsolával együtt félretesszük. A többi zöldséges levet áttörjük. A maradék megtisztított velőt leforrázzuk, földaraboljuk. Tálaláskor a húst a mustos-zöldséges mártással leöntjük, tetejét a mazsolával meg a velővel díszítjük. A vele párolt zöldséggel és pásztorharonyával kínáljuk.

4 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag (pásztorharonya nélkül): 800 kcal