



Hozzávalók:

4-4 szelet bélszín és kicsontozott sertéskaraj (egyenként 7 dkg), só, őrölt fekete bors, 4-4 szelet sonka és füstölt szalonna, 2 közepes vöröshagyma, 4 evőkanál olaj, 1 mokkáskanál sűrített paradicsom (paradicsompüré), 1 csapott kiskanál finomliszt, egy-egy csipet ételízesítő por és őrölt kömény, 40 dkg burgonya, 3 dkg vaj vagy sütőmargarin, 2 tojássárgája, késhegynyi reszelt szerecsendió

1. A hússzeleteket kissé kiverjük, megsózzuk, megborsozzuk. A bélszínszeleteket egymás mellé rakjuk. Mindegyikre egy-egy szelet sonkát és szalonnát fektetünk. Erre hagymakarikákat halmozunk, majd ráborítjuk a karajszeleteket.
2. Fogvájóval négy oldalon összetűzzük, az olajban megsütjük, és lecsöpögtetve tepsibe tesszük. Visszamaradó zsírában először a paradicsompürét, majd a lisztet pirítjuk meg. Kb. 2 deci vizet öntünk hozzá, az ételízesítővel és a köménnyel fűszerezzük, 1-2 percig forraljuk.
3. Közben a megtisztított, kockákra vágott burgonyát enyhén sós vízben megfőzzük, leszűrjük. Még melegen áttörjük, és a vaját meg a tojások sárgáját beledolgozzuk. Csipetnyit megsózzuk, a szerecsendióval fűszerezzük. Jó ujjnyi vastagon a hús tetejére simítjuk, vízbe mártott evőkanállal vagy villával megcifráljuk. Készíthetjük úgy is, hogy csillagcsöves habzsákba töltjük, majd ízlésesen a töltött pecsenyék tetejére halmozzuk.
4. Forró sütőben, nagy lánggal (200 °C; légkeveréses sütőben 180 °C) 10 percig sütjük, ezalatt jól átforrósodik, s a burgonyapüré egy kicsit meg is pirul rajta. Tálaláskor a pecsenyelével körülöntjük. Vajon párolt zöldségekkel kínáljuk.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy adag (köret nélkül): 746 kcal • fehérje: 40,0 gramm • zsír: 53,9 gramm • szénhidrát: 25,1 gramm • rost: 2,6 gramm • koleszterin: 327 milligramm