



Hozzávalók:

60 dkg borjúcomb (a legjobb a diója), kb.1 kiskanál só, 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, kb.2 evőkanál finomliszt, 3 evőkanál olaj (eredetileg zsír), 1 közepes fej vöröshagyma, 1 mokkáskanál jóféle pirospaprika, 20 dkg borjú- vagy sertéscsont, 1-1 közepes paradicsom és zöldpaprika, 15 dkg hízott libamáj (lehet másféle szárnyasmáj például csirkemáj is), 10-15 dkg csiperkegomba, 8 dkg füstölt

szalonna, maréknyi főtt zöldborsó

1. A borjúcombost a rostjaira merőlegesen 4 egyforma szeletre vágjuk, és kiverjük. Enyhén megsózzuk, megborsozzuk, majd a lisztbe forgatjuk. Egy lábasban az olajat közepesen megforrósítjuk, a hússzeleteket hirtelen, oldalanként 1,5-2 perc alatt majdnem teljesen megsütjük rajta. Lecsöpögtetve félrerakjuk.
2. A megtisztított hagymát felaprítjuk, a hús visszamaradó zsírjában kevergetve megfonnyasztjuk. A tűzről lehúzza a pirospaprikát rászórjuk, elkeverjük és kb. 5 deci vízzel felengedjük. A csontot - lehetőség szerint - feldaraboljuk, és az elkészített pörköltalapba rakjuk, majd 20-30 percig főzzük. Közben a paradicsomot, a kicsumázott paprikát, a májat meg a gombát egyformán egycentis, a szalonnát félcentis kockákra vágjuk.
3. A szalonna zsírját egy serpenyőben kiolvasztjuk, hozzáadjuk a májat, a gombát meg a paprikát, és 3-4 percig pirítjuk. Ezután a paradicsomot és a puha zöldborsót keverjük bele, és a pörköltléből annyit - kb. 2 decinyit - szűrünk rá, hogy közepesen leveses ragu legyen belőle. Az egészet még egyszer felforraljuk, közben belerakjuk az elősütött húsokat, hogy átforrósodjanak. A puha húst a raguval leöntve, sült rácsos burgonya kíséretében tálaljuk.

4 főre

Elkészítési idő: 45 perc

Egy adag (köret nélkül): 577 kcal • fehérje: 44,0 gramm • zsír: 38,7 gramm • szénhidrát: 13,0 gramm • rost: 2,7 gramm • koleszterin: 242 milligramm