

Mentás morzsában sült bányaborda



Hozzávalók

80-90 dkg bányaborda egyben, 6-7 dkg vaj, 10 dkg zsemlemorzsza, 2-3 evőkanál friss mentalevél, 1 kiskanál só, 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, 2 evőkanál csípős mustár

1. A bányaborda tetejéről a faggyús részt levágjuk, de egy vékony zsírréteget rajtahagyunk, csak 2-3 helyen behasítjuk. A bordacsontokról a húst kiskéssel lekapargatjuk, hogy tálaláskor szépen mutassanak.
2. A puha vajat habosra keverjük, majd a morzsát és a finomra vágott mentalevelet hozzáadjuk. A fele sóval és borssal ízesítjük, a többit a húsbba dörzsöljük. Ezután a karajt a mustárral is körbekenjük, majd a mentás morzsával „betapasztjuk”.
3. Egy tepsibe fektetjük úgy, hogy a fűszeres morzsza felfelé kerüljön. Előmelegített sütőben, nagy lánggal (220 °C; légkeveréses sütőben 200 °C) a vastagságától függően kb. 25 percig sütjük. Így lesz félangolos, vagyis szép rózsaszínű - de nem véres! - a közepe. Aki jól átsütve kedveli, 8-10 perccel tovább hagyja a sütőben.
4. Ha kész, kivesszük és alufóliába bugyolálva 10 percig pihentetjük, így a pecsenye mesésen szaftos lesz. Főlszeletelve, vajon párolt zöldségekkel kínáljuk.

4 főre

Elkészítési idő: 50 perc.

Egy adag: 395 kcal

Italajánlat: száraz vörösbor, például Soproni Kékfrankos Forrás: Magyar Konyha