

Boże Narodzenie tuż, tuż....

Na okoliczność bożonarodzeniowego biesiadowania przyrządzamy zazwyczaj wyjątkowe dania. Co zatem na tegoroczne święta proponujemy najbliższym?

Jako naród lubimy mięso, temu nikt nie zaprzeczy. Tak też, by celebrować rodzinny obiad świąteczny i sprawić kulinarną przyjemność współbiesiadnikom nie ma nic lepszego niż doskonała pieczeń z wieprzowiny.

Polędwica z aromatyczną skórką

SKŁADNIKI:

2 duże polędwice wieprzowe, 4 łyżki masła, 8 dag orzeszków piniowych lub pestek z dyni, 3 łyżki drobno posiekanej natki pietruszki, łyżka posiekanych liści świeżej bazylii lub płaska łyżeczka suszonej, sok z cytryny, sól, świeżo mielony pieprz

- Umyte, osuszone i oczyszczone z błon polędwiczki przecieramy skropioną octem ściereczką i odstawiamy w chłodne miejsce. Orzeszki piniowe lub dyniowe pestki niezbyt drobno siekamy, układamy na blasze wyłożonej papierem do pieczenia i wstawiamy na chwilę do nagrzanego piekarnika, aby nabrały złocistego koloru (zamiast w piekarniku możemy je uprażyć na patelni).
- Miękkie masło ucieramy na krem, dodajemy posiekane zioła, sok z cytryny uprażone orzeszki lub pestki dyni, całość dokładnie mieszamy i doprawiamy do smaku solą oraz pieprzem.
- Pastą smarujemy polędwiczki, mięso ostrożnie wkładamy do specjalnej foliowej torby do pieczenia tzw. rękawa. Przygotowane do pieczenia mięso układamy w brytfannie lub żaroodpornym naczyniu i wstawiamy do gorącego piekarnika.
- Po około 20-30 minutach pieczenia (czas zależy od wielkości polędwicy), usuwamy folię, sos z torebki (rękawa) zlewamy do brytfanki i jeszcze przez kilka minut dopiekamy mięso bez przykrycia.
- Gdy mięso się ładnie zrumieni wyjmujemy z piekarnika, naczynie przykrywamy, utrzymujemy na ciepłej płycie kuchennej przez 10 minut, żeby „doszło”.

Upieczoną polędwicę kroimy w zgrabne plastry, podajemy z dodatkiem wigilijnej kapusty lub z dowolną surówką.

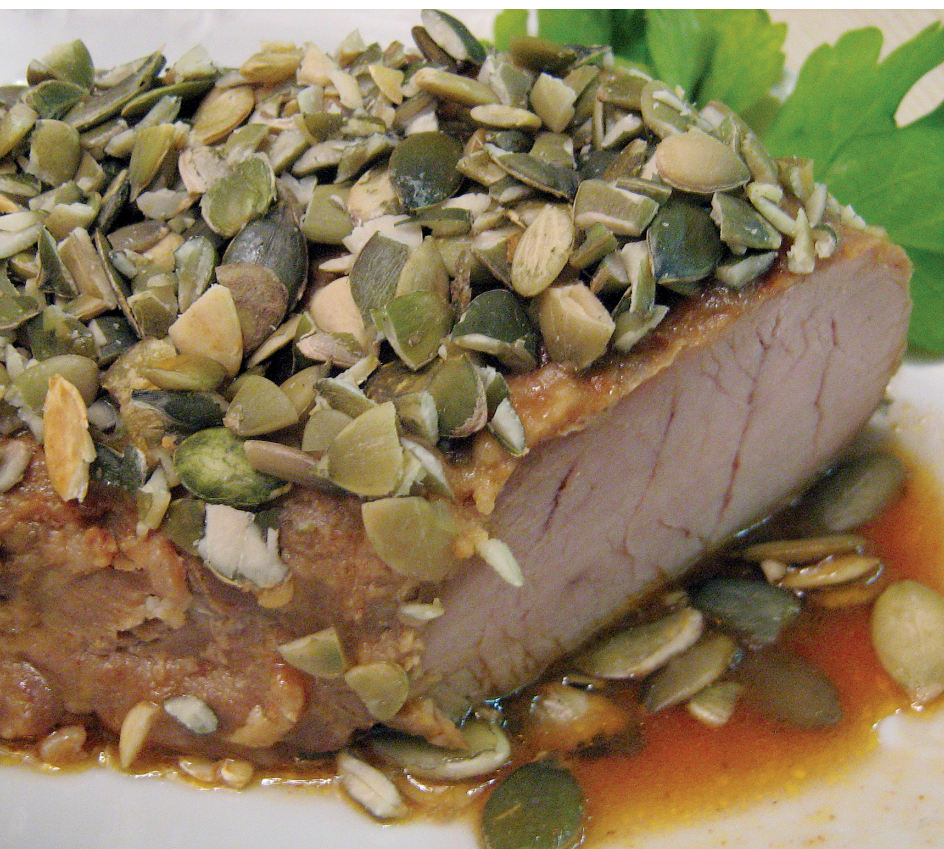
Rolada z boczku nadziewana owocami

SKŁADNIKI:

1 kg chudego, cienkiego, świeżego boczku bez kości i skóry, sól, pieprz, majeranek, mielona papryka, 2 duże winne jabłka, 12 suszonych śliwek bez pestek, kilka goździków, 2 łyżki oliwy z oliwek, 2 średniej wielkości cebule, szklanka bulionu mięsnego (może być z kostki), łyżka mąki ziemniaczanej, ½ szklanki gęstej śmietany

- Płat mięsa nacieramy solą wymieszaną z pieprzem, majerankiem i papryką, odstawiamy w chłodne miejsce. Obrane ze skórki jabłka kroimy w kostkę, śliwki w paseczki, cebule obieramy.
- Rozdrobnione owoce rozkładamy równomiernie (płat powinien być całkowicie przykryty) na przygotowanym boczku, ciasno związamy i obwiązujemy białą bawełnianą nitką lub cienkim sznureczkiem. W kilka miejsc wbijamy goździki.
- W brytfannie rozgrzewamy tłuszcz, obsmażamy roladę ze wszystkich stron na dużym płomieniu, dodajemy cebule i trochę bulionu, zmniejszamy ogień, naczynie przykrywamy. Dusimy, aż mięso będzie miękkie. Na początku duszenia polewamy roladę bulionem, a pod koniec sosem z duszenia. Przez ostatnie 10 minut dusimy bez przykrycia.
- Miękkie mięso wyjmujemy, układamy na półmisku, usuwamy goździki i zdejmujemy sznurek. Sos zagęszczamy zawiesiną z mąki ziemniaczanej i wody, zagotowujemy, na końcu dodajemy gęstą śmietanę, mieszamy.

Przed podaniem roladę kroimy na ukośne plastry, przybieramy zielenią. Sos podajemy oddzielnie w sosjerce.



Warto wiedzieć, że:

- Orzeszki piniowe, zwane piniolami, to orzechy z łusek, jadalne nasiona niektórych gatunków sosny. Pochodzą z krajów śródziemnomorskich, najszlachetniejsze odmiany rosną w Toskanii.
- Na surowo są miękkie, mają delikatny masłany, lekko żywiczny smak. Podpieczone stają się chrupkie i lekko słodkie.
- Są bogate w korzystne dla organizmu nienasycone kwasy tłuszczowe, zawierają dużo magnezu, fosforu i cynku.
- W sprzedaży dostępne są surowe, prażone i solone. Surowe, z powodu tendencji do jęłczenia, należy przechowywać w lodówce.

Romana Chojnacka
 Studium Wiejskiego
 Gospodarstwa Domowego
 Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu