

Juveci - Utajený hrnec - Řecko

Kategorie: Jehněčí maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor: sweb.cz

Suroviny

0,5 kg jehněčího masa (lze použít i hovězí maso)

misku těstovinové rýže

misku sýru na zapékání

4 cibule

2 papriky

2 rajčata

petrželka

sůl

pálivá paprika

sterilovaná rajčata

pepř

červené a bílé víno

vývar.

Postup

Nakrájenou cibuli na jemné kostičky orestujeme na oleji. Jehněčí maso nakrájíme na kousky. Zpěníme papriku na závěr u cibule, přidáme toматы i se šťávou, vývar, vína a vaříme do 0,5 měkka. Potom přidáme více vývaru a těstoviny a naplníme do forem, - měli takové menší speciální hrnečky keramické i s pokličkou řecké - které naplníme do 0,75 výšky tuhé hmoty a zbytek vývar, ten potom vezmou těstoviny při dodělávání. (Těstovina se 2x navaří !) Za 0,25 hod. posypeme strouhaným sýrem. Zapékáme ještě 5 - 10 min. a petrželkou posypeme nakonec. Vždy děláme přiklopené a tak i servírujeme přiklopené, než dáváme na talíře. 2. způsob: Jehněčí na česn. s bram. a duš. špenátem 90 g libového jehněčího masa, 2 stroužky česneku, 10 g cibule, 100 g brambor, 200 g špenátu, 10 g cibule, 10 ml mléka, 0,1 vejce - recept pro 1 osobu - dieta. Jehněčí maso dusíme ve vodě s jemně nakrájenou cibulí a stroužkem česneku. Když je maso skoro měkké, přidáme brambory na kostičky a dusíme do měkka. Ke konci dochutíme druhým stroužkem česneku. Špenát spaříme, necháme okapat a nasekáme a dáme dusit do trochy vody. Přidáme cibuli a dusíme asi 5 min. Na závěr přidáme vejce rozšlehané s mlékem.