

Zrazy nadziewane z sarniny

Składniki:

Do sporządzenia zrazów dla 4-5 osób potrzeba około 50-60 dag mięsa bez kości z udźca.

Zaprawa jarzynowa:

po 5 dag marchwi,
pietruszki i selera,
10 dag cebuli,
2 łyżki oleju,
2-3 ziela angielskiego,
1-2 listki laurowe,
1-2 jagody jałowca,
5 g cukru.

Sposób przyrządzenia:

Mięso na zrazy powinno być dobrze skruszałe. Można je przetrzymać przez pewien okres w zaprawie jarzynowej lub octowej. Można je też obłożyć pokrząwką lub włożyć do kwaśnego mleka.

Przygotować zaprawę jarzynową: jarzyny umyć, oczyścić, opłukać, pokrajać w cienkie plasterki, dodać olej, zmiażdżone przyprawy i dobrze wygnieść.

Mięso umyć, zdjąć ścięgna, natrzeć rozdrobnionymi przyprawami, włożyć do emaliowanego garnka, obłożyć pozostałymi z nacieranie warzywami, naczynie przykryć i wstawić do chłodnego miejsca (+7°C) na 2 dni. Po wyjęciu mięso oczyścić z zaprawy jarzynowej, pokrajać w poprzek włókien na plastry, rozbić cienko, oprószyć solą. A więc połowę pracy mamy za sobą, rozbite plastry mięsa traktujemy jako bazę wyjściową do przygotowania zrazów z różnymi nadzieniami.