



## **Gasztroblogerekkel - Adventtől, Karácsonyig XIV. Narancsos karajtekercs**

2009 december 06. Flag

### **Szöveg méret**

Mentés

- 
- 
- 

• [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

Ideje elkezdni a készülődést, legalábbis gondolatban... Aki biztosra akar menni, és nem kísérletezik a karácsonyi vacsorával, próbálkozzon Magyarország legjobb Gasztrobloggereinek ünnepi receptjeivel! Naponta jelentkezők!

sorozatunkból nagyszerű ünnepi menüsor készíthető el.

Sokkal bonyolultabbnak néz ki az elkészítése, mint amilyen. Csak a felvágásához kell egy jó kés és némi ügyesség. Igyekezzünk magas karajt venni, abból könnyebb szép nagy lapot vágni.

Az alaposan megtisztított, csont nélküli karajt, hosszú pengéjű, éles késsel, csigavonalban felvágjuk, hogy egy nagy, kiterített húslapot kapjunk. Óvatosan kiklopfoljuk kissé, ügyelve, hogy ne szakadjon ki. Megsózzuk, megszórnuk fehérborssal, szerecsendióval, és megkenjük egy felvert tojással, hogy majd feltekerve kevésbé essen szét. Ráreszeljük 1-2 narancs (lehetőleg kezeletlen héjú bio-narancs) héját. Feltekerjük és spárgával körbe kötözzük, hogy szép formája legyen és ne essen szét.



Forró zsiradékon körbepirítjuk, majd a sütőben, lefedve, puhára sütjük. Kivesszük a húst, a saftjába belecsavarjuk

a narancsok levét, ha kell kicsi keményítéssel sűrítjük. Összeforraljuk és a felszeletelt húrra tálaljuk.

Megfelel? körettel akármilyen fogyókúra ünnepi része lehet.

Beküldő: jókaja

<http://jokaja.hu>



DR. DRÁBIK JÁNOS  
**100 ÉVVEL TRIANON UTÁN**  
DVD A trianoni győzeletről tabumentesen

„Egy film amelyet minden magyarnak látnia kell”

**Ajánló**