Grillezzünk! - Mititei/Mici

2011 augusztus 30. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása

Még nincs értékelve

Mérték

Vagy magyarra fordítva: Roston sült húskolbászkák (lásd: Kövi Pál, Erdélyi lakoma, Kriterion Könyvkiadó, Bukarest, p. 166). Tipikus román étel, melynek elkészítése zónáról zónára más. Tehát itt is érvényes az Ahány ház, annyi szokás közmondás.

Romániában szinte minden üzletben található készen megformázva. Nekünk csak az a feladatunk, hogy megsüssük. Általában roston sütik, de grill hiányában készülhet egy serpeny?ben is. Persze az igazi füstös ízt a szénen sütött változatban találhatjuk meg. Az aki maga akarja elkészíteni az alapot rengeteg recept áll a rendelkezésére. Kicsit macerás, de megéri.

Ha autentikus román receptre vagyunk kíváncsiak, akkor érdemes (a románul tudóknak) belelapozni *Radu Anton Roman, Bucate, vinuri ?i obiceuri române?ti* cím? könyvében, ahol a Mititei/Mici 3 receptje is található.

Akkor kezdjük egy kimondottan dél romániai recepttel:

Mititei/miccs

1 kg borjú- vagy marhanyak

500 g disznóhús (tarja)

250 g báránycomb

2-3 nagy marhacsont

1 kanál só

bors

1 nagy hagyma

1 sárgarépa

1 fej fokhagyma

1 csíp?s paprika

1 csokor csombor

1 kiskanál szódabikarbóna

1 kiskanál a következ? f?szerek keverékéb?l: ienibahar, rozmaring, kömény

A húsokat megdaráljuk, majd jól összegyúrjuk a f?szerekkel, a nagyon apróra vágott fokhagymával, csíp?s paprikával. A csombort alaposan összetörve, kiszitálva kell a húshoz hozzákeverni. A csontokból s?r? levest f?zünk a zöldségekkel (hagyma, sárgarépa) együtt. 2 órán keresztül f?zzük, amíg a 2 l levesb?l csak egy fél liter marad.

Lesz?rjük, alaposan kih?tjük, majd beledolgozzuk a húsmasszába. Hideg helyre tesszük pár órára.

Vizes kézzel formázzuk, majd parázs felett megsütjük. Az erdélyi változatba természetesen kerül bele egy kis pirospaprika is.

Kövi Pál, Erdélyi lakoma könyvében a Mititei/Mici leírása sokkal egyszer?bb.

„Hozzávalók

500 g kövér marhahús

1 kiskanál csombor

Késhegynyi szódabikarbóna

1 fej fokhagyma

bors

só

Készítési módja

A húst apró rostájú darálón kétszer-háromszor átdaráljuk, majd a sóval és a tort borssal, a szódabikarbónával és a szitált csomborral jól összedolgozzuk, megdagasztjuk.

A fokhagymát összezúzzuk, és hozzáadunk 2-3 kanál vizet, majd belesz?rjük a darált húsba, és jól összegyúrjuk vele.

A keveréket egy ideig hidegen hagyjuk, „érleljük“; télen akár 2-3 napig is tarthatjuk h?vös helyen, utána nedves kézzel 5 cm-es kolbászkákat formálunk bel?le, és er?s szén fölött, zsírozott rostélyon vagy serpeny?ben kisütjük.

Mustárral, csíp?s paprikával szolgáljuk fel, körítés nélkül.

Változatok:

Más vidékeken háromféle hús keverékéb?l készül: 20 dkg marhahús, 20 dkg birkahús, 20 dkg disznóhús. Szódabikarbóna helyett tesznek bele ammónium karbonátot (szalakáli).”

Szerz?: 5PL

További információk és receptek:

www.maxkonyhaja.blogspot.com

www.thechefviki.blogspot.com

www.garffyka.blogspot.com

Ajánló