



Grillezzünk! - Mititei/Mici

2011 augusztus 30. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

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 serpenyben is. Persze az igazi füstös ízt a széneen 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* című 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 szóدابikarbóna

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



A húsokat megdaráljuk, majd jól összegyúrjuk a fűszerekkel, a nagyon apróra vágott fokhagymával, csípős paprikával. A csombort alaposan összetörve, kiszítálva kell a húshoz hozzákeverni. A csontokból sűrű levest főzünk a zöldségekkel (hagyma, sárgarépa) együtt. 2 órán keresztül főzzük, amíg a 2 l levesből csak egy fél liter marad.

Leszűrjük, alaposan kihűtjük, 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 egyszerűbb.

„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 szódadikarbónával és a szitált csomborral jól összedolgozzuk, megdagasztjuk.

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

A keveréket egy ideig hidegen hagyjuk, „éreljük”; télen akár 2-3 napig is tarthatjuk hűvös helyen, utána nedves kézzel 5 cm-es kolbászkákat formálunk belé, és erős szén fölött, zsírozott rostélyon vagy serpenyőben kisütjük.

Mustárral, csípős paprikával szolgáljuk fel, körítés nélkül.

Változatok:

Más vidékeken háromféle hús keverékéből készül: 20 dkg marhahús, 20 dkg birkahús, 20 dkg disznóhús. Szódadikarbóna helyett tesznek bele ammónium karbonátot (szalakáli).”

Szerző: 5PL

További információk és receptek:

www.maxkonyhaja.blogspot.com

www.thechefviki.blogspot.com

www.garffyka.blogspot.com



Ajánló

