

Jehněčí na rozmarýnu

Kategorie: [Maso](#)

Autor: andrea



Suroviny

Porce: 4

- Jehněčí kýta - 4 plátky 700 g
- Česnek 1 stroužek
- Rozmarýn čerstvý 1 snítka
- Šafrán 1 špetka
- Cibulky naťové 12 ks
- Zeleninový vývar 100 ml
- Petrželka - nasekaná 2 lžíce
- Pórek 2 ks
- Masový vývar 200 ml
- Bílé víno 200 ml
- Mrkev 400 g
- Máslo 3 lžíce
- Pepř černý mletý 1 špetka
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 120 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Dietní

Způsob přípravy: Vaření

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Rozmarýnovou snítku oberte a jehličky nasekejte nadrobno. Česnek oloupejte, nasekejte a smíchejte se solí.

Maso opláchněte ve studené vodě, osušte a po délce mírně nakrojte.

Do řezu vetřete česnek se solí, trochu sekaného rozmarýnu a mletý pepř.

Řez uzavřete, maso zabalte do potravinářské fólie, potom do alobalu a okraje dobře přitiskněte k sobě.

Maso dejte do horké nikoliv vroucí vody (asi 70 °C) a 30 minut vařte.

Mrkev omyjte, očistěte a blanšírujte na lžici másla, přilijte trochu zeleninového vývaru a pod pokličkou duste na mírném ohni asi deset minut.

Očištěné cibulky také opečte na lžici másla, přilijte trochu vývaru a duste asi osm minut. Stejným způsobem připravte i pórek, který stačí dusit pět minut.

Jehněčí vývar a víno zahřejte v hrnci, přidejte šafrán a zahustěte škrobovou moučkou.

Maso vyjměte z vody, odstraňte alobal a fólii a nakrájejte na plátky.

Sekanou petrželovou nať smíchejte s dušenou mrkví.

Na talíře rozdělte jednotlivé druhy dušené zeleniny a maso, zalijte omáčkou a podávejte s vařenými nebo dušenými bramborami.