



BRAVČOVÁ PANENKA V ŽUPANE OD HUGA







A opäť bravčová panenka, moje obľúbené mäso. Obľúbené preto lebo jeho príprava je veľmi rýchla a jednoduchá. A čo je najdôležitejšie, výsledok vždy super. A keď k tomu urobíte rýchlu, syrovú omáčku, tak bude bitka o každú porciu.

Budete potrebovať: (na 3 porcie)

- 1 väčšiu bravčovú panenku
- cca 200 gramov slaniny (nakrájanej na plátky)
- trochu oleja
- soľ, mleté čierne korenie, mletú červenú papriku
- cherry rajčiny (cca 10 kusov)
- 1 sladkú smotanu
- 50 gramov parmezánu (môžete použiť aj iný druh syra)
- drevené špáradlá

Postup:

Bravčovú panenku nakrájajte na cca 3 cm hrubé kolieska. Ochuťte soľou, korením a paprikou. Okolo každého kolieska obtočte plátok slaninky a upevnite špáradlom. (Plátok slaniny je zvyčajne vyšší ako mäso, preložte ho pozdĺžne na polovicu.)

Na jednej väčšej panvici rozpáľte trochu oleja a vložte pripravené mäso so slaninkou. Opečte dôkladne z oboch strán, tak aby bolo prepečené aj zvnútra. Pred koncom pečenia priložte k mäsu na polovice nakrájané rajčiny a trochu opečte spolu s mäsom.

Mäso môžete pripraviť aj v rúre. Jednoducho ho vložte do pekáča, ktorý potriete trochu masla. Pridajte mäso spolu s rajčinami, pokvapkajte trochu oleja (môžete použiť aj olivový) a pečte v rúre pri 200 stupňoch cca 15 minút. Viac neodporúčam, mäso by bolo suché.

Na koniec si pripravte veľmi jednoduchú, vynikajúcu omáčku. Na panvicu vylejte 1 malú smotanu, pridajte strúhaný parmezánu, privedte do varu. Počkajte kým sa omáčka trochu zredukuje a omáčka je pripravená. Dochuťte soľou ak je to potrebné.

HOTOVO!

Podávajte so zemiakovou kašou, ryžou alebo len so zeleninovým šalátom.

Dobrú chuť priatelia!

Váš Hugo

