

Nyúl paprikás főtt a kuktában

Közkedvelt finomság a Főnix Konyhából

• Valószínűleg sokak által kedvelt étel a nyúl paprikás, a Főnix Konyha séfje azonban a hagyományos receptet továbbgondolva készítette azt el legutóbbi találkozásunkkor, belsőségeket és más hozzávalókat is hasznosítva. Az eredmény nem maradt el, még a köretként készített puliszka is elfogyott a beszélgetésünket követően.

FÜLÖP-SZÉKELY BOTOND



Finomabb az étel, ha háztáji húst használunk

FOTÓK: ERDÉLY BÁLINT ELŐD

Ismét a megbízható gazdához, a kükküllökeményfalvi György Lászlóhoz látogatott el Karácsony József, a Főnix Konyha szakácsa, hogy saját tenyésztésű nyulairól vásároljon egy nagyjából másfél kilósat, hogy elkészíthesse az egyik kedvencének számító paprikást. Lapunknak elmondta, fontos, hogy lehetőleg otthon tenyésztett állatok húsát használjuk fel, hiszen az nem csak finomabb, de egészségesebb is.

Kuktában készítve

Fontos, hogy a szakember szépen dolgozzon a frissen levágott állat megnyúzásaakor, hiszen ha mosni kell utána a húst, akkor annak főzéskor megváltozik a színe – magyarázta a séf. Mint mondta, az állat feldarabolásakor első ízben a lábakat kell

eltávolítani és feldarabolni, majd a bordás részt és végül a gerincet. Ezután kezdődhet is a főzés.

Karácsony első lépésként olívaolajban dínstelte meg a felaprózott vöröshagymát – egy kuktában –, amihez ezután a szintén feldarabolt paprikát adagolta. Az említett hozzávalókat a felkockázott sárgarépa, a zeller és a petrezselyem követte. „Egyébként a zöldségek esetében nem fontos, hogy nagyon apróra legyenek vágva, hiszen kuktával dolgozunk, amelyben amúgyis pépesre főnek” – mondta a szakember. Fűszerként só, borsot, fokhagymát,

őrölt paprikát és babérlevelet használt. Amint megpirultak a zöldségek, máris a kuktába tette a húsokat, illetve a nyúl szívét és a veséit is, amelyekről előzetesen eltávolította a hártályakat. Ezt vízzel öntötte fel, úgy hogy az ellepje a hozzávalókat, majd lezárta a kukta fedelét, és főni hagyta az ételt. Negyven percre volt szükség és máris besűrítette az ételt főzőtejszín és liszt keverékével, némi tejet is használva. Azután már csak kóstolni kellett és az említett fűszerekből adagolni, ha szükség volt rá.

A serpenyő is kellett

A séf úgy döntött, hogy még egy kis különlegességet készít az ebédhez, így serpenyőt helyezett az égő tűzhegyre, amelybe olívaolajat öntött. Ebben elsőként karikákra vágott füstölt kolbászt pirított le, majd a nyúl máját is beletette. A legutolsó hozzávaló a félbevágott csiperkegomba volt, amely szintén különleges ízt kapott a sütés közben. Ízesítésként csupán borsot használt, sóra nem is volt szükség.

Az étel mellé puliszkát készített köretként Karácsony József. A köret így percek alatt összeállt, és már tálalhatta is: a puliszka mellé tette a máját, a kolbászt és a gombákat, majd a paprikás is helyet kapott a tányéron.

Karácsony hangsúlyozta: a nyúl paprikás mellé száraz, vagy félszáraz fehér bort érdemes fogyasztani.



A nyúl szívét és veséit érdemes belefőzni a paprikásba



HIRDETÉS



• Kiadja a Príma Press Kft. ISSN: 2248-1168 • Szerkesztő: Kovács Eszter

HIRDETÉS

A LEGKORSZERŰBB CSÚCSTECHNOLÓGIÁVAL ELLÁTOTT 15 KONYHAGÉP KOMBINÁCIÓJA.

☎ 0727-758850

thermomix

A csomagolás öröme.

Elérhetőség: 0744-636707.
Bemutató üzlet – Székelyudvarhely, Vásártér u. 6. szám.
(Orion üzletház földszintje)
Munkapont – Fások u. 14/24

Plasti Sistem www.plastsistem.com