Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook **ВКонтакте: vk.com/opencook**

Говядина с горчицей и мятой

7 декабря 2012 15:31 · https://open-cook.ru/recipes/govyadina-s-gorchitsej-i-myatoj



Считаю, что это блюдо вполне может считаться праздничным. К тому же даст вам больше свободного времени, т.к. большую часть сделает духовка. Рецепт взят из книги “Семейный ужин. Готовим дома с Ферраном Адрия”.

В книге рецепт дан для баранины, которую я так и не смогла найти, поэтому готовила говядину. И Вустерский соус мы тоже не нашли.

На 4 порции:

- 1 баранья шейка, разрезанная на половинки **(использовала кусок говяжьей шеи – около 500 гр, разрезала на 4 части)**

- 1 небольшой пучок мяты
- 4 ст.л. оливкового масла
- 2 ст.л. зернистой горчицы
- 2 ст.л. соевого соуса
- 2 ст.л. Вустерского соуса (мы его не нашли и не использовали)
- 1,5 л воды
- глубокий противень

Моем и сушим бумажным полотенцем кусок мяса. Обрезаем кости.



Нарезаем на порционные куски, посыпаем солью и перцем.



Разогреваем сковороду с маслом и обжариваем на нем мясо до коричневой корочки.



Перекладываем мясо на противень и намазываем горчицей, поливаем соусами, а потом водой.



Выкладываем сверху половину листьев мяты, накрываем фольгой и ставим в духовку (в книге не была указана температура духовки, поэтому я разогрела ее до 180 градусов). Баранину рекомендуют запекать 3 часа, моя говядина была готова через 2. Время от времени мясо нужно переворачивать, за 2 часа я делала это 4 раза. Готовить нужно до момента, когда мясо станет ну очень мягким.



Когда мясо будет готово, измельчаем оставшуюся мяту.



Готовое мясо посыпаем мятой.



Выкладываем его на тарелку и поливаем соусом, который остался на противне. Я подавала с рисом и лимоном.



Этот рецепт не требует особых навыков, знаний и умений. Не смотря на длительное время приготовления, вы потратите минимум усилий. Мясо получается потрясающе вкусным и нежным, тает во рту. И это очень сытно.



Приятного аппетита!

Комментарии: 1

Гость # 20:22 24.02.2014

спасибо за ваши рецепты!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!