



Soczysta karkówka nadziewana suszonymi śliwkami



40 min + pieczenie



4 os.



350 kcal/os.



5 zł/os.

Składniki

- 600 g karkówki wieprzowej
- oliwa z oliwek
- 50 g suszonych śliwek
- 1 cytryna
- 4 mandarynki
- 3 główki czosnku
- 2 cebule
- 4 pomidory
- natka pietruszki
- 50 g rodzynek
- musztarda dijon
- 20 g smalcu
- 200 g pęczaku
- 2 liście laurowe
- 1 szklanka bulionu
- majeranek suszony, ziele angielskie

Sposób przygotowania

Karkówkę delikatnie ponacinaj z wierzchu. Nakłuj nożem do filetowania na całej długości, aby uzyskać wąską kieszeń, w którą włożysz obrane ząbki z dwóch główek czosnku i śliwki. Przed wyciśnięciem zetrzyj skórkę z cytryny, którą wykorzystasz, przygotowując pęczak. Mięso natrzyj marynatą z soli i pieprzu, majeranku, wyciśniętego soku z cytryny, 2 łyżek musztardy i posiekanej natki pietruszki (zostaw 1 gałązkę natki pietruszki do pomidorów).

Obsmaż mięso na smalcu. Przełóż do żaroodpornego naczynia, pokrusz 2 liście laurowe i dodaj kilka ziaren ziela angielskiego. Dodaj obrane z błonek mandarynki. Piecz w temperaturze 180 oC przez około 60 minut. Kilukrotnie posmaruj mięso pod koniec pieczenia wodą z solą, aby uzyskać chrupiącą skórkę.

Na 2 łyżkach oliwy zeszklij cebulę i ½ główki posiekanego czosnku. Dodaj umyty i osuszony pęczaki podpraż go przez 2-3 minuty. Dodaj rodzynek i skórkę cytrynową. Rozwodnij bulion do uzyskania 1 litra płynu i sukcesywnie porcjami po 100 ml podlewaj pęczak, gdy wchłonie poprzednią partię. Pamiętaj o regularnym mieszaniu pęczaku. Czynność powtarzaj, aż pęczak uzyska konsystencję al dente. Zdejmij go wtedy z kuchni i dopraw solą i pieprzem do smaku.

Pomidory pokrój w połówki, natrzyj 1 wyciśniętym ząbkiem czosnku, szczyptą soli i pieprzu, oliwą i skrojoną drobno natką. Wstaw do piekarnika na 15 minut. Mięso pokrojone w plastry podawaj z pomidorami i pęczakiem. Smacznego!

- sól, pieprz