

Pieczeń z zielonego orkiszu z sosem śmietanowym



Składniki

cebula
marchwie
por
40 g - masła
200 g - grubo mielonego
zielonego orkisz
400 ml - bulionu
warzywnego
80 g - tartych orzechów
jaja
40 g - tartego sera
emmentaler
80 g - bułki tartej
sól morską, pieprz
gałka muszkatołowa
kilka gałązek tymianku i
estragonu
Sos śmietanowy:
cebula
pęczka pietruszki
1 łyżka - oleju
1/4 l - bulionu
warzywnego
1 łyżka - zimnego masła
1 łyżka - mąki pszennej
1/4 l - śmietany
sól ziołowa, pieprz
sok z połówki cytryny

Opis wykonania

Pieczeń z grubo mielonego zielonego orkisz, z marchewkami, porem, tartymi orzechami, polana sosem śmietanowym.

Obrać cebulę i marchew, pokroić w bardzo drobną kostkę. Pora umyć i pokroić w cienkie plasterki. Masło rozgrzać w garnku i poddusić na nim mielone ziarno zielonego orkisz. Dodać warzywa i zagotować wraz z bulionem warzywnym. Wielokrotnie mieszając gotować 15 minut na małym ogniu. Wyłączyć pole grzejne i pozostawić pod przykryciem przez 15 minut do napęcznienia. Dodać orzechy, jaja, ser i okruchy. Silnie dosmakować przyprawami i drobno siekanymi ziołami. Natłuścić nieperforowany pojemnik do gotowania. Uformować pieczeń z masy z zielonego orkisz i piec w pojemniku do gotowania według przepisu. Pieczeń musi nieco odstać przed pokrojeniem. Na sos obrać i posiekać drobno cebulę. Oderwać listki pietruszki i grubo posiekać. Cebulę i pietruszkę zrumienić na gorącym oleju. Dolać bulion warzywny i gotować 15 minut na małym ogniu. Sos precedzić przez sito. Zimne masło ugnieść z mąką i dodać do sosu. Dodać śmietanę i doprawić pikantnie przyprawami i sokiem z cytryny.

Sposób nastawiania: piekarnik parowy: gorące powietrze + gotowanie na parze 170°C, 35-40 minut.