

Pieczeń z karkówki z jabłkami i porami



Składniki

1 kg - karkówki
wieprzowej bez kości
sól
pieprz
jabłka
por
szalotek
200 ml - bulionu
mięsnego
1 łyżka - mąki
ziemniaczanej
3 łyżka - wody
50 ml - śmietany

Opis wykonania

Pieczona karkówka z dodatkiem jabłek, pora i szalotek.

Opłukać mięso w zimnej wodzie i osuszyć ręcznikiem papierowym. Przyprawić solą i pieprzem. Pieczeń ułożyć w wysokiej szklanej formie. Obrać jabłka, wyciąć gniazda nasienne i pokroić na duże kawałki. Por umyć i pokroić w plasterki. Obrać szalotkę i pokroić w plasterki. Obłożyć mięso jabłkami i szalotką. Gotować i zapiekać bez przykrycia, jak podano poniżej. Po 40 minutach mięso obrócić i zamieszać warzywa. Dodać por i bulion i dogotować. Wyjąć mięso z formy, owinąć folią aluminiową i utrzymywać w ciepłe. Mąkę ziemniaczaną rozmieszać z wodą, dodać śmietanę i wszystko dodać do sosu z pieczeni. Sos zagotować, jak podano poniżej. Od czasu do czasu zamieszać. Sos podawać do mięsa. Sposób nastawiania: Gotowanie mięsa: grill z cyrkulacją powietrza 170-190°C oraz mikrofalówka 180 W, 80-85 minut. Obrócić po ok. 40 minutach. Zagotowanie sosu: mikrofalówka 600 W, ok. 3 minuty. Wskazówka: warzywa w sosie można zmiksować.