

Жаркое из телятины с сухофруктами

Мясо, приготовленное с сухофруктами, всегда удачный вариант. Причем, и мясо может быть любое, не только телятина, но и свинина, говядина, и набор сухофруктов можно подбирать по своему вкусу. Сухофрукты содержат большое количество сахаров, и эту сладость они деликатно ненавязчиво передают мясу. В этом деле главное – не переборщить, добавить столько сухофруктов, чтобы они только оттенили вкус и аромат мяса, а не превращали блюдо в своего рода компот.



Ингредиенты:

телятина 1,3–1,5 кг

морковь среднего размера 1 шт.

луковица среднего размера 1 шт.

мука 1 ст.л.

красное сухое вино 200–250 мл

мясной (куриный, овощной) бульон 500–600 мл

тимьян свежий 1 небольшая веточка (1/3 ч.л. сухого)

розмарин несколько “иголочек”

чернослив 5–6 шт.

инжир 4–5 шт.

курага 7–8 шт.

цедра 1 апельсина

соль по вкусу

растительное масло

Сухофрукты замочить в холодной воде.

Мясо нарезать небольшими, одинаково размера кусочками. В сковороде на сильном огне* разогреть растительное масло. В несколько заходов обжарить мясо до румяной корочки со всех сторон, на это уходит примерно 2 минуты на одну партию. Кусочкам в сковороде не должно быть тесно, иначе они будут выделять сок и тушиться в нем, а не обжариваться. Переложить мясо на тарелку.

Морковь и лук почистить. Морковь нарезать кружками толщиной 5–7 мм. Лук крупно порубить. В той же сковороде на среднем огне жарить овощи, помешивая, пока они слегка не подрумянятся, примерно 7–10 минут. Посыпать мукой, перемещать, чтобы не было комков, и жарить, помешивая, еще пару минут.

Влить вино, помешивая в процессе, чтобы равномерно растворить муку. Довести до кипения и перелить содержимое в форму для тушения. Добавить мясо и влить бульон. Жидкости должно быть столько, чтобы она покрывала мясо. Посолить по вкусу, накрыть крышкой** и поставить в разогретую до 200 градусов духовку. Томить до мягкости мяса, обычно на это уходит около 1,5 часов.

Сухофрукты промыть. Примерно за 30 минут до готовности блюда добавить к нему сухофрукты, цедру и травы.

*Как правильно обжарить мясо я написала в разделе “**Это может пригодиться**”.

**Если у вас нет подходящей формы с крышкой, можно накрыть емкость двумя слоями фольги.

Тэги: вторые блюда, блюда из телятины, жаркое из телятины с сухофруктами