



Попробовав это нежнейшее, сочное и вкуснейшее мясо, вы ни за что не догадаетесь. что это баранина! Лучшего рецепта для бараньей ноги я не пробовала...

Ингредиенты:

- баранья ножка
- мёд - 0,5 ст.
- горчица в зёрнах - 1 ст. л.
- кардамон в зёрнах - 5-6 шт.
- сухое красное вино - около 1 л
- зира (кумин) - 0,5 ч. л.
- перец молотый чёрный - 1 ч. л.
- имбирь (корень) - 1 шт. (размером с большой палец)
- чеснок - 1 шт.
- соль - 1,5 ст. л.
- лавровый лист
- веточка мяты

Приготовление:

Баранью ногу помыть. Имбирь почистить, натереть на тёрке. Чеснок измельчить. Смешать имбирь, чеснок, 1 ч. л. соли, 0,5 ч. л. молотого перца. Острым ножом по всей ноге со всех сторон сделать надрезы и закладывать приготовленную смесь.

Приготовить маринад:

кардамон слегка раздавить, добавить горчицу, 1 ст. л. соли, зиру, остаток имбиря, лавровый лист. Залить вином и поместить баранью ногу в контейнер для маринования. Оставить на несколько часов, а лучше на ночь мариноваться.

В форму с высокими бортиками положить пару листиков мяты. Перед запеканием баранью ножку поперчить, обмазать мёдом. Ножку положить в форму и добавить немного маринада (примерно стакан), чтобы ножка в нём тушилась. Сверху выложить оставшуюся мяту, посыпать зёрнами горчицы и зиры. Закрыть полностью фольгой и поставить примерно на 1,5 часа в духовку, перевернуть, добавить , если необходимо, ещё соус (маринад) и за полчаса до готовности раскрыть фольгу, чтобы ножка приобрела румяный вид, полить соусом.

Медовая баранья ножка готова!



Приятного аппетита!

{loadposition Podelitjsa}{loadposition pohogie-vtoryie}{loadposition new}