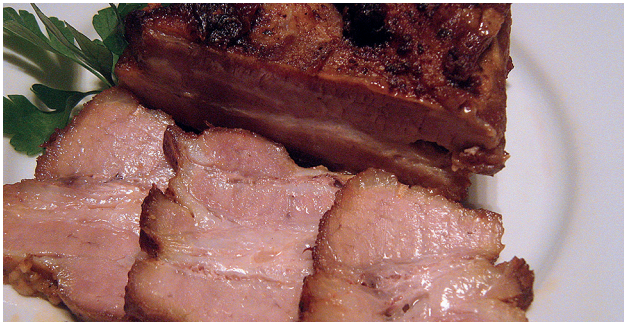


Mięsa serwowane na zimno

Są znakomitym dodatkiem do śniadaniowych lub kolacyjnych zestawów kanapkowych. Pokrojone w cienkie plastry z powodzeniem zastąpią gotowe wyroby wędliniarskie.

Niewątpliwie w przygotowanie tego rodzaju specjalów trzeba włożyć nieco pracy. Jednakże ich niekwestionowaną zaletą jest to, że są smaczne, o wiele zdrowsze, a czasem też tańsze od wyrobów, które kupujemy w sklepach.

Boczek pieczony z tymiankiem i czosnkiem



■ **Składniki:** 1½ kg świeżego, chudego boczku, tymianek (świeży lub suszony, tyle, by wystarczyło na obłożenie całego kawałka mięsa), 2 łyżki oliwy z oliwek, 3–4 średniej wielkości główki czosnku, kilka goździków, sól, pieprz, ½ szklanki soku z pomarańczy, ½ szklanki bulionu

- Wymyte, osuszone mięso nacieramy solą i pieprzem. Obkładamy gałązkami tymianku i odstawiamy na godzinę lub dwie do lodówki.
- Na rozgrzaną na patelni oliwę z oliwek kładziemy mięso i rumienimy, często obracając, ze wszystkich stron. Zrumienione przekładamy do naczynia żaroodpornego. Na pozostałym na patelni tłuszczu rumienimy przecięte poziomo na pół główki czosnku (od strony rozcięcia).
- Połówkami czosnku okładamy wierzch boczku (czosnek można lekko przymocować do mięsa za pomocą drewnianej wykałaczki), wbijamy kilka goździków, polewamy tłuszczem, w którym mięso się smażyło. Naczynie przykrywamy i wstawiamy do nagrzanego do temperatury 180°C piekarnika na około 90 minut (czas pieczenia mięsa zależy od wielkości kawałka). W trakcie pieczenia od czasu do czasu mięso polewamy na zmianę sokiem z pomarańczy i bulionem, a pod koniec wytworzonym sosem.
- Na 10 minut przed końcem pieczenia, naczynie odkrywamy, aby skórka się nieco mocniej zrumieniła. Po wyjęciu z piekarnika mięso wykładamy na półmisek, po wychłodzeniu owijamy w folię spożywczą, trzymamy w chłodnym miejscu.

Podajemy pokrojony w zgrabne plastry z dodatkiem pieczywa.

Galareta z nóżek wieprzowych (bez żelatyny)

■ **Składniki:** 1 kg oczyszczonych, podzielonych na części nóżek, 30 dag cielecogo schabiku (nerkówki), pęczek włoszczyzny, mała cebula, 2 liście laurowe, po kilka ziaren ziela angielskiego i czarnego pieprzu, sól, listki pietruszki i jajko ugotowane na twardo oraz kawałki papryki czerwonej do dekoracji



- Starannie umyte nóżki oraz mięso zalewamy wodą, zagotowujemy, trzymamy na niewielkim ogniu 15 minut.
- Dodajemy umytą i obraną włoszczyznę, opaloną nad płomieniem cebulkę, przyprawy, lekko solimy i gotujemy odkryte na niewielkim ogniu do miękkości (przez ok. 2 godziny). Jedną marchewkę wyjmujemy, jak tylko zrobi się miękka (wykorzystamy ją do dekoracji). Gdy mięso będzie miękkie, wywar dosalamy nadając mu smak dość mocno osolonej zupy. Przeprowadzamy próbę galarety: odlewamy odrobinę wywaru do miseczki, studzimy i wstawiamy do zamrażalnika – powinna stężeć. Jeśli nie stężeje, musimy odparować nadmiar płynu.
- Z lekko przestudzonego wywaru wyjmujemy mięso, oddzielamy od kości, drobno kroimy. Wywar cedzimy, odłożoną marchewkę kroimy w talarki.
- Na spodzie małych miseczek, ewentualnie jednej większej miski, układamy talarki marchewki oraz plasterki jajka, otaczamy dekoracyjnie listkami pietruszki, kawałeczkami czerwonej papryki i, w równych ilościach, kładziemy porcje mięsa.
- Przygotowane porcje zalewamy wywarem, wstawiamy do lodówki, aby galareta stężała.

Galareta bardzo dobrze smakuje z chrzanem, majonezem lub sosem tatarskim. Przyrządzoną w większym naczyniu możemy pokroić w plastry i podawać jako nałożenie do kanapek.

Uwaga: nóżki są znakomitym surowcem na galarety. Mają dużo powięzi i ścięgien o właściwościach żelujących, a zawarte w nich substancje kleiste wzmocnią smak wywaru i sprawią, że galareta będzie ściśta bez dodatku żelatyny.

Romana Chojnacka
Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu