



Jehněčí pečeně s bylinkovým kuskusem

Recepty



Hlavní chody



Velikonoce



165 min



4



2.9

2136



Budete potřebovat

Jehněčí hřbet	800 g
Česnek propasírovaný	3 ks stroužky
Česnek	2 ks stroužky
Pepř černý mletý	1 lžička
Rozmarýn	2 snítky
Rozmarýn mletý sušený	1 lžička
Voda	500 ml
Masox	1 ks

Čerstvé bylinky (koriandr, máta, petržel nat')	50 g
Kuskus	200 g
Vinný ocet	1 lžíce
Olivový olej	4 lžíce
Zeleninový bujón	1 ks
Máslo	1 lžíce
Sůl	1 lžička

Příprava receptu

Na pečení

Jehněčí hřbet 800 g

Česnek propasírovaný 3 ks stroužky

Česnek 2 ks stroužky

Olivový olej 2 lžíce

Černý pepř mletý 1 lžička

Rozmarýn 2 snítky

Rozmarýn mletý sušený 1 lžička

Sůl 1 lžička

Máslo 1 lžíce

Postup: Jehněčí hřbet nařežeme na povrchu do mřížky. Vetřeme sůl, pasírovaný česnek, pepř a rozmarýn. Zakryjeme alobalem a necháme dvě hodiny odležet v lednici. Rozehřejeme pánev, přilijeme olej. Marinované maso vložíme do pánve a opékáme 3 minuty z každé strany. Přidáme máslo, stroužky česneku a snítky rozmarýnu.

Maso vložíme do připravené nádoby, zalijeme marinádou z pánve a dáme péci

do trouby na 170 °C na 12 minut. Během pečení maso poléváme výpekem.

Po upečení vypneme troubu a necháme maso dojít dalších 15 minut.

Výpek omáčka

Výpek z masa

Masox 1 ks
Voda 200 ml

Postup: Slijeme výpek do rendlíku, přidáme masox a vodu. Převaříme a částečně vyvaříme přebytečnou vodu.

Kuskus

Kuskus 200 g

Čerstvé bylinky (koriandr, máta, petržel nať) 50 g

Vinný ocet 1 lžíce

Olivový olej 2 lžíce

Voda 300 ml

Zeleninový bujón 1 ks

Postup: převaříme vodu se zeleninovým kuskusem. Po provaření zalijeme kuskus a necháme 8 minut odstát. Hotový kuskus načechráme vidličkou, osolíme, pokapeme zálivkou z oleje, vinného octa a bylinek.

Pepř černý mletý

Rozmarýn

Masox 2 kostky