



menü & értékelő lap



Konfitált Stefánia parmezános burgonyapürével

Adag: 4 fő
Idő: kb. 16-18 óra

A héten befordulunk a magyar konyhába. A marha stefánia kíméletes kezeléssel a legízletesebb része a lapockának. A sütés technikáért Szulló Szabinát, a Michelin csillagos Onyx étterem séfjét illeti köszönet. A borért Egerbe megyünk, s a nemes húshoz egy elegáns kékfrankost választottunk Gróf Buttlertől.

Borajánlat: Gróf Buttlér Kékfrankos Szarkás tető 2007



HOZZÁVALÓK:

- 1 kg stefánia
- 1-1,2 liter zsiradék (1 kg libazsír és olaj keveréke)
- 1-2 dl pecsenyelé

- 1 kg sárgahéjú burgonya
- 4,5 dl tejszín
- 10 dkg parmezán
- 6 ek. vaj (kb. 10 dkg)
- só, frissen őrölt fekete bors

TÁLALÁSHOZ:

- toast kenyér
- 1 gerezd fokhagyma

ESZKÖZÖK:

- éles kés,
- sütőbe tehető lábas,
- fakanál, forraló lábas,
- krumplinyomó, szűrő

Előkészítés:

A stefániát lehártyázzuk (máskor a hentest is megkérhetjük erre, ha aznap elkészítjük a húst, de ha később tervezzük a főzést, inkább mi végezzük el ezt az egyszerű műveletet.). Enyhén sózzuk, borsozzuk.

Főzés:

- 1 A libazsírt és olajat, ami lehet olívaolaj, vagy egyéb étolaj, egy akkora lábosba öntjük, amibe a hús majd befér. (A húst később a rostokra merőlegesen ketté is vágjuk, ha túl nagy.)
- 2 A zsiradékot, amit nem szükséges elkeverni, a lábosban gázon összeolvasztjuk, kb. 80 fokra. A lényeg, hogy ne forrjon.. Belehelyezzük a húst. Ha kell, öntünk még rá olajat, hogy a húst bőven ellepje. Beállítjuk légkeverésre és 70 fokra a sütőt és behelyezzük a lábast. Akinek nincs légkeveréses funkciója, az 80-90 fokon süssön.
- 3 A hús méretétől függően, kb. 10 óráig rá se kell nézni. Ezután óránként ellenőrizzük a hús állapotát hús tűvel, majd a vége felé vékony szeletet is vágunk. Arra is figyeljünk, hogy a teljes hús végig a zsiradék alatt maradjon. Ha szükséges, pótoljuk az olajat, a próbafőzésünk során egy 1 kg-os darab pont 18 óra alatt készült el.
- 4 Szabina szerint a zsiradékban hagyjuk kihűlni, de mi tökéletesnek találtuk egyből fogyasztva is. A hús akkor jó, ha puha, de szeleteléskor szerkezetét megtartja és a stefániában található ín zselatinosan megpuhult.

Tálalás

A stefániát ujjnyi szeletekre vágjuk. A húst előmelegített tányérra és egy formára vágott, enyhén fokhagymázott és vajazott pirított toast kenyérra helyezzük. Ráöntünk 1 ek. pecsenyelévet és krumplipürével tálaljuk.

TUJTAD? A konfitálás lényegében egy tartósító eljárás, ahol a zsiradékban alacsony hőfokon hosszú ideig sütjük a húst. Így a fehérjék kíméletes hőkezelésével a hús úgy lesz omlós, hogy szerkezetét megtartja.



Krumplipüré:

- 1 A burgonyát alaposan lemossuk, ledörzsöljük, majd egészben, hideg sós vízben (épp hogy elfedje) feltesszük főni. Forrás után a lángot kisebbre vesszük, és 15-20 percig főzzük, amíg egy kés hegye könnyen bele nem megy a burgonyába.
- 2 A burgonyát leszűrjük, és még forrón meghámozzuk, majd kézi krumplinyomóval áttörjük. Közben felforraljuk a tejszínt a vajjal, és amint a keverék forni kezd, kis adagokban hozzámerjük a krumplihoz. Alaposan összekeverjük, végül hozzáadjuk a reszelt parmezánt sóval és borssal ízesítjük.

Jó étvágyat!



Maszkura: Tiszta gyümölcs