Pasztet z wołowiny z wątróbką i boczkiem

To już kolejny przepis na blogu na pasztet. Ten jest zdecydowanie moim najlepszym. Szczerze go polecam nie tylko na wielkanocny stół.

Bardzo dobry pasztet. Najlepszy jaki kiedykolwiek robiłam. Tłuściutki, wilgotny, dobrze przyprawiony. Same mięso. Naprawdę bardzo pożywny dodatek do śniadania. Wystarczy, że dodasz warzywa i zdrowe pieczywo.

Inspiracja

Manufaktura Ciastek

Przepis na 4 keksówki:

- 1 kg wołowiny,
- 0,5 kg boczku,
- 0,5 kg wątróbki,
- 4 cebule, kilka główek czosnku,
- 5 jajek,
- przyprawy: sól kłodawska, pieprz gałka muszkatołowa,
- tłuszcz do smażenia: smalec lub masło klarowane, lub olej kokosowy

Mięso pokrój na drobne kawałeczki (3 cm) i smaż w wysokiej patelni (bez wątróbki) razem z cebulką i czosnkiem. Poczekaj aż mięso puści sok. Dodaj trochę wody, ale nie za dużo. Duś mięso pod przykryciem około 2 godzin. Na ostatnuie 15 minut gotowanie dodaj wątróbkę. Dodaj też przyprawy. Mięso zostaw do wystygnięcia na kilka godzin. Zblenduj dokładnie i dodaj jajka. Wymieszaj dokładnie całość. Foremki wysmaruj tłuszczem, wyłóż do nich masę mięsną na 3/4 wysokości foremki. Nie więcej, bo ten pasztet rośnie. Piecz w temperaturze 200 stopni około godziny. Upieczony powinien być twardy z wierzchu i łatwo odchodzi od ścianek foremki, z kolei po włożeniu do niego patyczka, patyczek jest suchy i czysty. Pasztet nadaje się do mrożenia. Smacznego!

Pasztet z indyka i wołowiny z grzybami.

Idealny na Wielkanoc

Idealny na Wielkanoc pasztet. Z indyka, wołowiny i z dużą

ilością grzybów. Nie jest tak mocno wilgotny jak pasztet z boczkiem, ale równie dobry. W oryginalnym przepisie jest aż 500 g ulubionych suszonych grzybów, ale mi wydawało się to zbyt dużo. Zatem w moim przepisie jest około 100 g suszonych grzybów, które jeszcze ususzyła moja Mama.

To co podoba mi się w tym przepisie na pasztet, to to, że nie marnują się żadne warzywa. Wszystkie zostały zmielone. Wywar podzieliłam na części i zamroziłam, będą idealne do sosów lub bo duszenia mięsa.

Przepis pochodzi z książki M. Makarowskiej „Dieta uzdrawiająca organizm”.

Na dwie keksówki pasztetu potrzebujesz:

- **400 g mięsa wołowego,**
- **600 g mięsa z indyka,**
- **300 g wątróbki,**
- **1 cebula,**
- **100 g suszonych grzybów,**
- **3 jajka,**
- **warzywa na wywar: 2 marchewki, seler, 2 łodygi selera naciowego, pietruszka, 1 mały por**
- **przyprawy do panierowania mięsa w ulubionych proporcjach:rozmaryn, majeranek, papryka ostra i słodka, pieprz, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól,**
- **olej kokosowy rafinowany do smażenia mięsa**

Przygotowanie:

Mięso oprócz wątróbki pokrój na małe kawałki i obtocz w przyprawach po panierowania mięsa. Odstaw na chwilę.

Na patelni zezłoć cebulkę, dodaj suszone grzyby. Wszystko niech się smaży około 10 minut. Na koniec dodaj wątróbkę. Smaż tylko aż nie będzie z wierzchu czerwona.

Mięso w przyprawach (bez cebuli, grzybów i wątróbki) wrzuć do wysokiego garnka i zalej 1,5 litra wody. Dodaj warzyw na wywar. Gotuj na małym ogniu do 2 godzin. Po ugotowaniu się mięsa, odcedź je. Ja z wywaru mięsno-warzywnego zrobiłam bulionówki (idealne do zup, sosów i duszenia mięs). Do garnka z mięsem dorzuć zezłoconą cebulę z grzybami i wątróbką. Wszystko zblenduj dokładnie. Masę przełóż do keksówek. Piecz około godziny w 180 stopniach. Smacznego!

Soczysty schab przyrządzony w wolnowarze

Dlaczego wolnowar?

Zdecydowanie do mięs polecam wolnowar. Mięso zawsze wyjdzie soczyste i miękkie, i rozpływające się w ustach. Każdy „trudny” rodzaj mięsa bardzo się tutaj nadaje. Ja przyrządzając mięso w wolnowarze mam pewność, że nigdy nie będzie suche. Poza tym uwielbiam aromatyczne sosy, które powstają dzięki długiemu przygotowywanie potrawy. Jak wiecie maszyna ta ma dwa tryby pracy: szybki i wolny. Szybki trwa 4 godziny, a wolny 8. Więc możesz wieczorem nastawić mięso, a nad ranem obudzi Ciebie już jego zapach. Nic nie musisz robić w międzyczasie, mięso jest idealne!

Schab nie należy do moich ulubionych mięs. Jest chudy i bardzo łatwo go wysuszyć. Ale nie w wolnowarze:)

Potrzebujesz:

- **1 kg schabu,**

- **1 słodki ziemniak,**
- **1 korzeń pietruszki,**
- **suszone śliwki**
- **zmielone nasiona kolendry,**
- **zmielone nasiona jałowca,**
- **sól kłodawska**

Przygotowanie

Mięso przypraw solą i obsmaż z każdej strony na patelni (na oleju kokosowym lub smalcu, lub maśle klarowanym). W międzyczasie przygotuj zalewę do mięsa. Zagotuj w czajniku wodę. Pietruszkę pokrój w kostkę, ziemniaki też, śliwki w cienkie paseczki. Ułóż na dnie naczynia. Wsyp przyprawy. Obsmażone mięso połóż na dnie naczynia. Zalej wszystko zagotowaną wodą. Zamknij wolnowar i nastaw na ulubiony tryb pracy. Smacznego!

Polędwica wołowa w aromatycznym czerwonym winie z cebulą, figami i daktylami

Bardzo lubię steki. Pod każdą postacią. Zawsze kojarzyć będą mi się z Ameryką, w której spędziłam kilka lat swojego życia. I jedno wiem na pewno: żaden stek polski nie będzie nigdy taki jak amerykański. Bo Ameryka ma do tego jeszcze swoją piękną legendę o kowbojach, parkach narodowych, Indianach, bizonach. Tam jest dusza, a do tej duszy i do tej historii idealnie komponuje się smak steków pieczonych dosłownie chwilkę na grillu.

Do zrobienia tej potrawy wykorzystałam delikatne w aromacie czerwone wino wytrawne Côtes du Rhône. Jest to wino o pięknym zapachu i nieciężkim smaku. Idelanie komponuje się z potrawami mięsnymi. Do starzenia się tego wina używa się beczek z dębu francuskiego, amerykańskiego i bułgarskiego. Ten smak i charakter uwydatnia także tamtejszy słynny wiatr Mistral i specyficzny mikroklimat okolicy.

Stek podałam z aromatyczną cebulką z figami i daktylami oraz z blanszowanymi liśćmi brukselki skropionymi słodkim octem balsamicznym.

Wino Côtes du Rhône możecie kupić w Winotece na Rayskiego w Szczecinie.

Potrzebujesz:

- 2 polędwice wołowe,
- 1 cebula,
- 8 fig,
- 8 daktyli,
- 3-4 łyżeczki ksylitolu,
- odrobina masła klarowanego,
- 250 ml bulionu warzywnego,
- 250 ml wina Côtes du Rhône,
- 300 g brukselki,
- ocet balsamiczny i ksylitol

Przygotuj bulion warzywny: w 500 ml wody zagotuj i na małym ogniu trzymaj pietruszkę, marchewkę, seler i por z dwoma ziarenkami ziela angielskiego i listkami laurowymi. Dopraw solą i pieprzem.

Na patelni na maśle klarowanym zeszklij cebulkę pokrojoną w drobną kostkę. Dodaj ksylitol, pokrojone w drobne paseczki figi i daktyle. Podsmaż na małym ogniu około 10 minut do połączenia smaków. Zalej winem i bulionem warzywnym. Trzymaj na małym gazie przez dwie godziny do odparowania wody. Na koniec sprawdź czy nie potrzeba soli i pieprzu.

Steki usmaż na maśle klarowanym na patelni grillowej. Stek o grubości 2 cm smaż 4 minuty z każdej strony. Dopraw solą dopiero na sam koniec, już po usmażeniu mięsa.

Brukselkę obierz z listków. Zagotuj wodę w garnku z odrobiną octu i ksylitolu. Wrzuć listki brukselki na 3 minutki. Wyjmij, odcedź i dokładnie osusz.

W małym garnuszku na wolnym ogniu przygotujesz teraz słodki ocet balsamiczny. Wlej odpowiednią ilość octu i dopraw ksylitolem wedle uznania. Trzymaj na wolnym gazie do zgęstnienia sosu i dokładnego połączenia składników. Ostygniętym sosem skrop liście brukselki.

Stek podawaj z winną cebulką, obok ułóż liście brukselki. Smacznego!

Les Vignes de Sainte Colombe
Terroirs du Soleil
CÔTES DU RHÔNE
APPELLATION CÔTES DU RHÔNE CONTRÔLÉE
MIS EN BOUTEILLE AU DOMAINE

Wołowina krojona w paski z pieczonym pietruszkowym puree

Dzisiaj propozycja na podanie wołowiny. Puree z zapieczonej pietruszki i jabłka ukradło moje serce. Wołowina marynowała się w ziołach przez całą noc. Dzięki temu była krucha i miękka. Całość uzupełniła sałatka z buraków z serem pleśniowym i winegret.

f/8, 6 s., ISO 200.

Potrzebujesz:

- **polędwicę wołową – 2 steki,**
- **tymianek, rozmaryn, sól, pieprz,**
- **sos worcestshire – 3 łyżeczki,**
- **oliwa z oliwek,**
- **łyżka octu jabłkowego**

Przygotuj marynatę dla wołowiny. Wołowinę pokrój w drobne paski. Przełóż do woreczka strunowego, zalej marynatą. Wstaw na kilka godzin do lodówki, a najlepiej na całą noc.

Na pietruszkowe puree potrzebujesz:

- **3 pietruszki,**
- **1 jabłko,**
- **jogurt grecki,**
- **sól i pieprz**

Pietruszkę obierz ze skórki. Do rozgrzanego piekarnika (175 stopni) włóż obraną pietruszkę i jabłko ze skórką. Zapiecz przez 15-20 minut. Kiedy warzywa przestygną, wyjmij łyżką sam miąższ jabłka, pietruszkę pokrój na mniejsze kawałki. Dodaj odrobinę jogurtu, zblenduj całość. Dodawaj tyle jogurtu, żeby uzyskać odpowiednią dla siebie konsystencję. Dopraw solą i pieprzem.

Na sałatkę potrzebujesz:

- **1 burak,**
- **ser pleśniowy,**
- **rukola,**
- **jabłko**

Buraka ze skórką upiecz w piekarniku przez godzinę w temperaturze 175 stopni. Zostaw do wystygnięcia, a potem obierz ze skórki i pokrój w drobne paski. Jabłko obierz ze skórki i pokrój w drobne paski. Dodaj ser pleśniowy i rukolę. Dopraw sosem winegret.

Na sos winegret potrzebujesz:

- **oliwa z oliwek,**
- **ocet balsamiczny,**
- **sól, pieprz i cukier do smaku**

Z podanych składników wymieszaj dokładnie widelcem sos, tak by powstała jednolita masa. Specjalnie nie podaję ilości, bo chcę zostawić miejsce na kreatywność:)

Jesienny garnek z soczewicą i słodkimi ziemniakami

Aromatyczne i proste w przygotowaniu danie jednogarnkowe. Polecam.

F/5, 1/10s, 90mm, ekspozycja + 0,3

Zdjęcie na szybko. Stół kuchenny, światło naturalne oświetlające potrawę z tyłu, odbiłam światło, by rozjaśnić potrawę od przodu.

Potrzebujesz:

- **700 g mięsa od szynki podsmażonego i podduszonego,**
- **puszka soczewicy,**
- **1 cebula pokrojona w kostkę i podsmażona,**
- **1 duży batat,**
- **puszka pomidorów i 500 ml passaty pomidorowej,**
- **4 świeże pomidory pokrojone w kostkę,**
- **2 łyżeczki ziół prowensalskich,**
- **sól, pieprz i tabasco według uznania.**

Wszystkie składniki wymieszaj w garnku. Duś na wolnym ogniu do

miękkości mięsa. Smacznego!

Chrupiący szaszłyk z indyka

Zdrowo i kolorowo:)

Sony ILCE-7, ogniskowa 90 mm, F/5,6, 1s., skok +1

Składniki na marynatę:

- **pierś z indyka,**
- **sok z limonki,**
- **ocet winny,**
- **papryczka chilli,**
- **sól i pieprz do smaku,**
- **sok wyciśnięty z pomarańczy,**
- **olej kokosowy.**

A także potrzebne będą:

- **dowolne warzywa, które nadają się do pieczenia**

(pomidorki, papryka, cebula).

Przygotowanie

1. Pierś z indyka pokrój w kwadraciki. Przygotuj marynatę: wymieszaj wszystkie składniki w ulubionych dla siebie proporcjach.
2. Kostki mięsa zanurz w marynacie (najlepiej w woreczku strunowym) i odłóż do lodówki na przynajmniej 2 godziny.
3. A potem tak jak już z szaszłykiem: wystarczy ponabijać mięso i warzywa na drewniane patyczki. Piecz w piekarniku do miękkości mięsa (175 stopni, około 20-30 minut).
4. Smacznego!

Pieczone buraki

Na ten przepis natknęłam się przeglądając ostatnie wydanie Kukbuka. Nie wiem dlaczego, ale postanowiłam go wypróbować. Chyba przeczuwałam, że to będzie mój smak. Wyszło pysznie. Idealne do obiadu czy jako przekąska dla gości. Polecam!

Składniki:

- **4 buraki,**
- **około 300 g mięsa mielonego,**
- **około 300 g sera feta,**
- **sól i pieprz do smaku,**
- **koperek**

Przygotowanie

1. Buraki dokładnie umyć i przekroić na pół. Każdą połówkę zawinąć folią aluminiową i piec w 180 stopniach przez 90 minut.

2. Upieczone buraki zostawić do wystygnięcia. Wydrążyć z nich miąższ i pokroić miąższ w kosteczkę.
3. Mięso z przyprawami usmażyć na odrobinie oleju. Przesypać do miski.
4. Do miski z mięsem dodać około 200 g fety i pokrojone w kosteczkę buraki. Wymieszać.
5. Wydrążone buraki wypełnić farszem z mięsa, buraków i fety.
6. Zapiec przez dodatkowe 20 minut. Po upieczeniu udekorować resztą fety i posypać koperkiem. Voila:) Smacznego!

Pieczeń z indyka

Co robi Matka Polka pomiędzy, dziećmi, pracą i brakiem czasu? Piecze indyka, no może nie całego, ale kawałek niewielki:) Ba,

nawet wczoraj znalazła czas by wieczorem wyjść na chwilę z domu i zobaczyć się z Tatą chociaż na chwilę. Teraz się bardzo spieszy, by skończyć ten wpis i zabrać się do pracy przy komputerze, bo maluszek zasypia powoli.

Jeszcze zapomniała dodać, że wieczorami czyta książkę o fotografowaniu z lampą błyskową:)

Pieczeń z indyka wyszła wyśmienicie. Soczysta, pachnąca, mięciutka, a skórka u góry chrupiąco przypieczona. Dzieciom będzie smakować.

Składniki na pieczeń:

- **800 g piersi z indyka,**
- **łyżka oliwy z oliwek,**
- **łyżka musztardy,**
- **łyżeczka suszonego czosnku niedźwiedziego bio,**
- **dwie, trzy łyżki przyprawy do kurczaka bio**

Przygotowanie marynaty

1. W miseczce wymieszać wszystkie składniki oprócz mięsa.
2. Przygotować worek strunowy. Przełożyć do niego marynatę (jest dość gęsta).
3. Do worka włożyć wymyty i wytarty kawałek mięsa. Zamknąć worek i rozprowadzić marynatę po mięsie.
4. Wstawić najlepiej na noc do lodówki.

Przygotowanie pieczeni

1. Nastawić piekarnik na 180 stopni.
2. Mięso przełożyć z worka strunowego do woreczka do pieczenia mięsa (można bez, ale przykryć mięso folią aluminiową).
3. Wstawić do piekarnika na 40 minut.
4. Po tym czasie wyjąć mięso z piekarnika, rozciąć worek, tak by cała skórka była odsłonięta (zdjąć folię aluminiową).
5. Wstawić z powrotem do piekarnika i piec przez dodatkowe 30 minut.
6. Pokroić w plastry po wystygnięciu mięsa.
7. Smacznego!

Gulasz z łopatki

Dwa tygodnie chorowania! Dawno tak nie było. Powiem Wam szczerze, że nie lubię chorować. Co z tego, że człowiek wreszcie ma czas na „nicnierobienie”, kiedy to jest właśnie najgorsze z tego wszystkiego. Gdyby nie pomoc Cioci i Wujka nie poradziłabym sobie z dwójką dzieci. Nie byłam w stanie nic zrobić. Dziś jestem już drugi dzień na nogach i nawet zrobiłam gulasz. Podałam go z kaszą jaglaną. Wszyscy żeśmy go wpałaszowali z wielkim smakiem.

Składniki na garnek gulaszu:

- **2 czerwone papryki,**
- **1 zielona papryka,**
- **3 ząbki czosnku,**
- **2 cebule,**
- **1 kg łopatki,**
- **pasta pomidorowa bio lub domowej roboty,**
- **ziele angielskie, listek laurowy, łyżeczka ostrej papryki, sól, pieprz**

Przygotowanie

1. Cebulę pokroić w drobne kawałeczki i zeszklić na niewielkiej ilości oliwy.
2. Mięso podsmażyć na patelni na niewielkiej ilości oliwy.
3. Paprykę pokroić w kostkę, czosnek w cieniutkie paseczki.
4. Do garnka wlać pastę pomidorową, przyprawy wsypać wedle uznania. Dorzucić mięso i cebulę.
5. Dusić pod przykryciem około 2 godzin.
6. Podawać z kaszą.

7. Smacznego!