

Svinja s Mediterana ?

Svinjetina mi nije pretjerano draga pa sam ju utopila u mediteranskom umaku.



Sastojci:

- 400-500 g svinjetine bez kosti (leđa, lopatica...)
- maslinovo ulje za marinadu
- ružmarin za marinadu
- papar
- soli prema potrebi
- 2-3 režnja češnjaka
- 4-5 rajčica (ili odgovarajuća količina umaka)
- nekoliko listova bosiljka
- 1 tikvica (veća)
- 100-150 g feta sira
- 2 žlice kapara
- peršinov list

Priprema:

1.
Meso narežite na komade (odreske) debljine 0, 5-1 cm i marinirajte nekoliko sati u maslinovom ulju s ružmarinom (najbolje preko noći).
2.
Ocijedite meso, posolite ga, popaprite i složite u vatrostalnu posudu. Pecite oko pola sata na 190-200° C.
3.
Za to vrijeme očistite i pripremite povrće: češnjak nasjeckajte na sitno, rajčice na komadiće, a tikvicu na tanje kolutiće. Izmiješajte rajčicu i češnjak, malo posolite i dodajte začine po želji (malo bosiljka). Ja sam ovaj put koristila domaći umak od rajčica koji je već bio začinjen. Nemojte puno soliti jer će i feta posoliti jelo.
4.
Izvadite meso iz pećnice pa po njemu ravnomjerno rasporedite rajčicu. Na nju posložite kolutiće tikvice, po svemu izmrvite feta sir i pospite kaparima. Pecite još cca 20 min na istoj temperaturi.

Napomene: Servirajte posuto sjeckanim peršinovim listom, uz prilog i salatu po želji. Iako tikvice super pašu u ovom jelu, možete ga pripremiti i bez njih; ovako pečena svinjetina odlično se slaže i s povrćem kuhanim na pari. Recept je napisan 19.03.2009.