

Netakozli juneći ujušak

Nemam pojma kako nazvati ovo jelo?! ? Nije bilo u planu za recept - nastalo je čišćenjem zaliha - ali svidjelo nam se toliko da ga radim drugi put u 10ak dana.



Sastojci:

- 300-350 g junećeg vrata bez kosti
- 1 veća ili 2 manje ljutike
- 2 mrkve
- 1 komorač (korijen s listićima)
- 200 g boba*
- cca 100 g suhe tjestenine (ovdje gf penne od kukuruznog brašna)
- malo masla
- malo maslinovog ulja
- kurkuma
- soli prema potrebi
- papar
- mljeveni kumin (ne kim!)
- 1-2 režnja češnjaka

Priprema:

1.

Meso narežite na kockice, a luk i mrkvu ogulite i nasjeckajte.

2.

Na malo masla propržite junetinu. Kad dobije boju, začinite kurkumom, još kratko propržite pa prebacite u posudu za kuhanje. Posolite, prelijte vrućom vodom, poklopite i kuhajte na laganoj vatri.

3.

U tavu u kojoj ste pržili meso ulijte malo ulja pa propržite nasjeckanu ljutiku. Kad omekša, dodajte kockice mrkve i pržite još par minuta. Dodajte junetini.

4.

Komorač očistite i narežite na tanje režnjeve (listiće sačuvajte za kraj kuhanja). Na srednjoj vatri ga kratko propržite pa smanjite temperaturu, posolite i uz miješanje pržite dok se (blago karameliziran) ne počne raspadati. Ako vam se tijekom prženja učini potrebno, dolijte žlicu-2 vode. Gotov komorač dodajte u lonac.

5.

Kad meso omekša (nakon 50-60 min), dodajte bob. Minutu-2 kasnije umiješajte paštu. Nisam ni na kakvom bezglutenskom režimu, ali u jelima ovog tipa mi super odgovara kukuruzna gf tjestenina - ne raskuha se i dobrog je okusa.

6.

Kad je pašta al dente, maknite lonac s vatre. Još malo popaprite, dodajte prstohvat-2 kumina, sjeckani češnjak i listiće komorača. Poklopite, ostavite par minuta da se okusi prožmu pa poslužite.

Napomene:* Imala sam zaleđeni bob kojeg nisam odvojeno kuhala i gulila. Iako variva ovog tipa radim u bezbroj varijacija/kombinacija, ovo mi ulazi u kategoriju *nit' što dodat, nit' oduzet.* ;) Ukusno je i zasitno, i baš nekako fino razveseli trbušćice. ? Recept je napisan 26.02.2023.