



Grillezzünk! - Mititei/Mici

2011 augusztus 30. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

Vagy magyarra fordítva: Roston sült húskolbászkák (lásd: Kövi Pál, Erdélyi lakoma, Kriterion Könyvkiadó, Bukarest, p. 166). Tipikus román étel, melynek elkészítése zónáról zónára más. Tehát itt is érvényes az Ahány ház, annyi szokás közmondás.

Romániában szinte minden üzletben található készen megformázva. Nekünk csak az a feladatunk, hogy

megsüssük. Általában rostoson sütik, de grill hiányában készülhet egy serpenyben is. Persze az igazi füstös ízt a széken sült változatban találhatjuk meg. Az aki maga akarja elkészíteni az alapot rengeteg recept áll a rendelkezésére. Kicsit macerás, de megéri.

Ha autentikus román receptre vagyunk kíváncsiak, akkor érdemes (a románul tudóknak) belelapozni *Radu Anton Roman, Bucate, vinuri ?i obiceuri române?ti* című könyvében, ahol a Mititei/Mici 3 receptje is található.

Akkor kezdjük egy kimondottan dél-romániai recepttel:

Mititei/miccs

1 kg borjú- vagy marhahús

500 g disznóhús (tarja)

250 g báránycomb

2-3 nagy marhacsont

1 kanál só

bors

1 nagy hagyma

1 sárgarépa

1 fej fokhagyma

1 csípős paprika

1 csokor csombor

1 kiskanál szóda-bikarbóna

1 kiskanál a következő fűszerek keverékéből: ienibahar, rozmaring, kömény



A húsokat megdaráljuk, majd jól összegyúrjuk a fűszerekkel, a nagyon apróra vágott fokhagymával, csípős paprikával. A csombort alaposan összetörve, kiszitálva kell a húshoz hozzákeverni. A csontokból sűrű levest főzünk a zöldségekkel (hagyma, sárgarépa) együtt. 2 órán keresztül főzzük, amíg a 2 l levesből csak egy fél liter marad.

Leszűrjük, alaposan kihűtjük, majd beledolgozzuk a húsmasszába. Hideg helyre tesszük pár órára.

Vizes kézzel formázzuk, majd parázs felett megsütjük. Az erdélyi változatba természetesen kerül bele egy kis pirospaprika is.

Kövi Pál, Erdélyi lakoma könyvében a Mititei/Mici leírása sokkal egyszerűbb.

„Hozzávalók

500 g kövér marhahús

1 kiskanál csombor

Késhegynyi szóدابikarbóna

1 fej fokhagyma

bors

só

Készítési módja

A húst apró rostájú darálón kétszer-háromszor átdaráljuk, majd a sóval és a tort borssal, a szódabikarbónával és a szitált csomborral jól összedolgozzuk, megdagasztjuk.

A fokhagymát összezzuk, és hozzáadunk 2-3 kanál vizet, majd beleszúrjuk a darált húsba, és jól összegyúrjuk vele.

A keveréket egy ideig hidegen hagyjuk, „érleljük”; télen akár 2-3 napig is tarthatjuk hűvös helyen, utána nedves kézzel 5 cm-es kolbászkákat formálunk belőle, és erős szén fölött, zsírozott rostélyon vagy serpenyőben kisütjük.

Mustárral, csipős paprikával szolgáljuk fel, körítés nélkül.

Változatok:

Más vidékeken háromféle hús keverékből készül: 20 dkg marhahús, 20 dkg birkahús, 20 dkg disznóhús. Szódabikarbóna helyett tesznek bele ammónium karbonátot (szalakáli).”

Szerző: 5PL

További információk és receptek:

www.maxkonyhaja.blogspot.com

www.thechefviki.blogspot.com

www.garffyka.blogspot.com

[Tweet](#)



Raffay Ernő ajánlásával
Kortörténeti dokumentumgyűjtemény,
készült jelképesen **1919** sorszámozott példányban

Hangskönyv CD melléklettel

ANGYAR MENEDÉK
KÖNYVESTÉLY

Ajánló

