

Grah s janjetinom na francuski način



Grah na malo drugačiji način , prije nisam ni u snu očekivala da će grah s ovdje navedenim sastojcima biti dobar, bila bih se okladila da to nitko neće ni probati . Kad sam ga prvi put pripremila, moji su bili oduševljeni i od tad je francuski grah kod nas češće na jelovniku od običnog graha .

SASTOJCI :

250 g . bijelog graha

400 g . tikvica

3 – 4 velike mrkve

500 ml . pasirane rajčice

600 g . janjetine (teletine)

2 velika luka

2,5 L . vode

$\frac{1}{2}$ žličice papra

Sol (po ukusu)

3 češnja bijelog luka

300 g pancete (ili drugo suho meso)

50 ml . ulja

1 lovorov listopad

1 grančica ružmarina

1 žlica Vegete

1 žlica crvene paprike

1 žličica timijan

SASTOJCI PO POTREBI :

1 – 1 $\frac{1}{2}$ žlica šećera

2 žlice brašna + 60 ml vode (za razmutiti brašno)

POSTUPAK :

1 . grah očistiti , oprati te ga preko noći staviti u vodu ...

2 . luk očistiti i izrezati na sitne kockice ...

3 . tikvice oprati te im odrezati krajeve , zatim tikvice prerezati na četiri dijela da dobijete oblik trokuta . Tikvice izrezati na cca. 1 cm debljine ...

4 . mrkvu očistiti te je izrezati na cca. 1 x 1 cm kockice ...

5 . meso izrezati na trakice ili veće kockice ...

6 . na zagrijanom ulju i na jakoj vatri pržiti meso nekih 10 min., zatim ga izvaditi u tanjur ...

7 . na istom ulju pržiti luk , pancetu , mrkvu i češnjak cca. 10 min , pa vratiti meso u lonac i dinstati još 5 min

8 . sad dodati grah skupa s vodom u kojoj je bio preko noći , dodati pasiranu rajčicu i

sve začine ...

9 . sve to dobro izmiješati , zatvoriti lonac, a kada prokuha smanjiti na srednju vatru pa kuhati cca . 45 – 60 min (ovisi o grahu) **POVREMENO GRAH PROMIJEŠATI !**

10 . kad je grah gotov ubaciti izrezane tikvice te kuhati samo 15 – 20 min. (ovisi kako ste izrezali tikvice) ...

11 . probati nedostaje li začina i ako je grah kiseo stavite malo šećera (malo, da ne biste pretjerali) ...

12 . ako želite gušći grah, razmutite brašno i vodu i kad jako kuha polako izlijte razmućeno brašno uz brzo miješanje, kako bi izbjegli stvaranje grudica , pustiti još jednom da prokuha pa maknuti s vatre ...

NAPOMENA I SAVJETI :

1 . Razmućeno brašno dodati samo ako niste zadovoljni gustoćom , a ako vam gustoća odgovara ovaj postupak treba preskočiti .

2 . Šećer se dodaje samo po potrebi, to uvijek ovisi koju pasiranu rajčicu koristiti i koliko je kisela .

3 . Pazite da tikvice izrežete u približno jednake komade tako da se jednako skuhamo .

4 . Tikvice se **NE** smiju raskuhati .





Ako vam se sviđaju recepti sa mog bloga možete se besplatno preplatiti

na moj YouTube kanal ... hvala na povjerenju vaša Meri