

Marynata pokrzywowa do mięsa króliczego



PACPAW



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

królik	3 kg
pokrzywa	30 łodyg
chrzan świeży	15 liści
sól	
ocet 10 %	1 łyżeczka
woda	50 ml

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Na wstępie dodam, że najlepsze są młode liście chrzanu i młode pokrzywy (całe łodygi wraz z liśćmi), gdyż posiadają największe stężenie substancji bakteriobójczych. Mięso królicze dzielimy na porcje i dokładnie nacieramy solą i pieprzem. Następnie każdą porcję zawijamy w kilka liści chrzanu, a całość w pokrzywę. Na dno kamiennego, ceramicznego lub kamionkowego naczynia kładziemy kilka pokrzyw, a na to zwinięte mięso. Wszystko dokładnie uciskamy, a wszelkie wolne powierzchnie wypełniamy pokrzywą. Na wierzch kładziemy lnianą szmatkę nasączoną octem wymieszanym z wodą. Tak przygotowane mięso możemy marynować do 76 godzin w chłodnym miejscu. Mięso po wyjęciu będzie miało rześki zapach chrzanu oraz będzie idealnie skruszone, gotowe do dalszej obróbki.