

Doradca Smaku VII: Pieczona gęś z czerwoną kapustą, odc. 24



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

pierś z gęsi	2 po 250 g
cebula czerwona	2
śliwki wędzone	25 g
masło	2 łyżki
kapusta czerwona	mała główka
wino czerwone wytrawne	400 ml
cukier	3 łyżeczki
olej	2-3 łyżki
Sól ziołowa jodowana Prymat	
Pieprz czarny mielony Prymat	
cząber	
Kmin rzymski mielony Prymat	
Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Piersi z gęsi nacinamy od strony skóry w kratkę. Doprawiamy do smaku solą ziołową i pieprzem czarnym mielony, wcierając dokładnie przyprawę w mięso.

- KROK 2 Smażymy gęś na rozgrzanej patelni z niewielką ilością oleju. Najpierw smażymy od strony skóry przez 4-5 min, następnie przekładamy na drugą stronę i smażymy już tylko 1 min. Przekładamy do naczynia żaroodpornego i polewamy tłuszczem z patelni. Na górze każdej piersi kładziemy po 1 łyżeczce masła. Pieczemy w piekarniku rozgrzanym do 190°C przez 20 min bez przykrycia.
- KROK 3 Cebule kroimy w pióra, kapustę szatkujemy. Cebulę smażymy w garnku na oleju przez 2-3 minuty. Następnie dodajemy kapustę i mieszamy. Doprawiamy do smaku kminem rzymskim i wlewamy czerwone wino. Po chwili dodajemy cukier i doprawiamy cząbrem. Mieszamy. Dodajemy pokrojone w paseczki śliwki i doprawiamy solą. Smażymy przez kilkanaście minut, co jakiś czas mieszając.
- KROK 4 Upieczone piersi z gęsi kroimy w plastry. Podajemy na talerzach z porcją czerwonej kapusty.