

Laitumelta
lautaselle



”Voit käyttää myös lampaan jauhelihaa, lisää silloin jauhettu liha nokareina porkkana-suikaleiden jälkeen tai lopussa ruskistettuna.”

Kuvat: Eila Pennanen

Valkoviinillä höystetty lammasteitto

Lammasteitto

- 2 sipulia
- tilkka öljyä
- 2 tl fariinisokeria
- timjamia
- 1 keskikokoinen kaali
- 2 dl valkoviiniä
- 0,5 l lampaanlihojen kypsennyslientä tai vettä ja 1 lihaliemi-kuutio
- 2 valkosipulin kynttä
- rosmariinia
- 4 porkkanaa
- 400 g kypsennettyä lampaanlihaa suolaa

Suikaloi kaali, porkkanat ja sipuli. Kuumenna öljy kattilassa ja kuullota sipuli. Ripauta päälle fariinisokeria ja timjamia. Lisää kaalisuikaleet ja valkoviini – tähän sopii hyvin jääkaappiin jäänyt pullon loppu. Hauduta hetki. Lisää kypsennysliemi, josta on kuorittu rasva pinnalta ja jatka hauduttamista. Mausta hienonnetulla valkosipulilla

ja rosmariinilla. Lisää porkkanasuikaleet. Hauduta noin 20 minuuttia. Lisää kuutioitu, kypsä lampaanliha. Hauduta kaikki ainekset kypsiksi ja mausta tarvittaessa suolalla. Tuoreet yrtit antavat raikkaimman maun, voit silputa niitä vähän myös kypsän keiton pinnalle.

Resepti Pohjois-Karjalan Martat ry



Lammasta lautaselle,
karitsaa kaikkiin
keittiöihin

Ostamme sekä
teemme rahtityötä.



Tilateurastamo Kouvossa
www.muhniemenlahtivaja.fi
puh. 040 578 6317