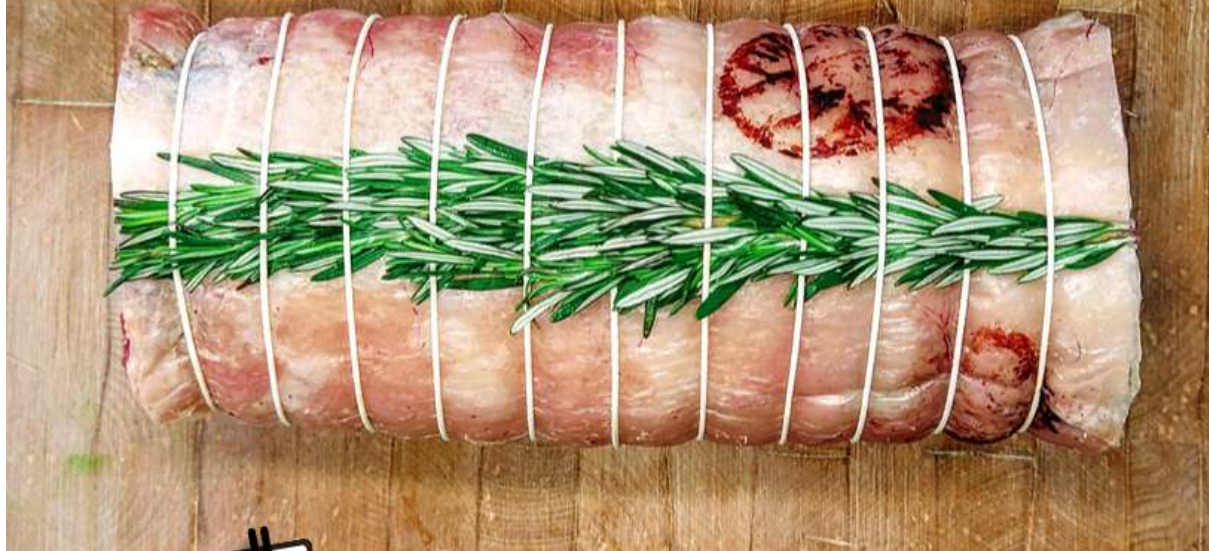




KUUKAUDEN RESEPTI

© Suomen Lammasyhdistys ry



facebook.com/kivijalkabutchery

Karitsan luuton satula

Raaka-aineet

1 karitsan satula, leikattu luuttomaksi noin 1.2 kg
Karitsan jauheliha 700 g
Suola 7 g
Kurkuma 7 g
Kumina 1 tl
Mustapippuri 3 g
Valkosipulijauhe 5 g
Pinaattia tuoreina lehtinä
Rosmariinia koristeluun

Täyte

Sekoita suola, kurkuma, kumina ja mustapippuri jauhelihan kanssa. Ripottele valkosipulijauhe satulan sisäpinnalle ja asettele pinaatinlehdet tasaisesti lihan päälle.

Seuraavaksi asettele maustettu jauheliha pötköksi pitkittäin fileiden väliin. Käännä kyljet muotoilemasi pötkön päälle. Sitomiseen tarvitset lihamestarinnarua, tai vastaavaa elintarvikekäyttöön soveltuvaa puuvillanarua.

Solmuun on olemassa monta variaatiota ja netistä varmasti löytyy jokaiselle mieleinen. Tärkeää olisi, että solmu on kuristava ja pitävä. Mikäli teet ns. jatkuvaa solmua niin huomioithan että silloin esimerkiksi satulan puolittaminen ei onnistu. Laita rosmariinit rullan päälle ja tiukenna paketti narulla.

Kypsennys

Lämmitä uuni 200 c° (180 c° kiertoilmauuni) Paista rullaa pannulla, jotta saat pintaan variä. Asettele rulla vuokaan ja laita uuniin. Voit laittaa pintaan hieman viinietikkaa, niin kuoresta tulee hieman rapsakampi. Uuniin voit laittaa myös vuoan, jossa on hieman vettä kosteutta lisäämään. Paistoaika n. 60 min, tai kun sisälämpötila on 60-65 c° (med/med+). Loppuvaiheessa voit halutessasi lisätä sekaan lientä tai kermaa, niin saat tehtyä kastikkeen samalla. Mikäli teet kastikkeen erikseen, niin kokeile laittaa vuoan pohjalle rullan alle kokonaisia esikeitettyjä ja hieman litistettyjä uuniperunoita. Rullan kypsentyessä alla olevat perunat imevät kaiken maun karitsasta ja mausteista.

Resepti: Rene Kuukkanen, Kivijalka Butchery

