




Janjeći french rack s krostom od pistacije, pečena cikla i čips od cikle

 NAČIN PRIPREME
Srednje složena priprema

 VRIJEME PRIPREME
> 60 min

 BROJ PORCIJA
4 osobe

 BROJ NAMIRNICA
7

Sastojci

2 janjeća rack-a
2 žlice Dijon senfa
šaka neslanih oguljenih pistacija
5 većih cikli
0,05 l balzamičnog octa
grančica timijana
žlica kukuruznog škroba
ulje za prženje
maslinovo ulje
sol
papar

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Janjeći rack začini soli i paprom. Zapečemo na maslinovom ulju sa svih strana, da se zatvore pore. Zapečene rack-ove premažemo senfom i uvaljamo u sjeckane pistacije. Završimo u pećnici na 180 C, oko 12-15 minuta, ovisi o veličini mesa i jačini pećnice. Rack-ovi iznutra moraju biti pink, tj. medium-rare ili medium. Narežemo ih prije serviranja.

4 cikle ogulimo i narežemo na deblje štapiće, koje posolimo i popaprimo. Stavimo ih u papir za pečenje, začini sjeckanim timijanom i prelijemo balzamičnim octom i poškropimo maslinovim uljem. Pokrijemo alu folijom i pečemo u pećnici, oko 35-40 minuta na 180 C, da cikla omekani i lagano karamelizira.

Preostalu ciklu narežemo mandolinom ili nožem na tanke ploške, koje uvaljamo u kukuruzni škrob. Ploške cikle pržimo u dubokom zagrijanom ulju (180 C), da postanu hrskave. Ocijedimo ih na kuhinjskom ubrusu i lagano posolimo.