

Pečena janjetina sa zelenim povrćem i pire od graška



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
> 60 min



BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

cca 2 kg janjeće stražnje četvrti (but i rebra)
300 g boba
4 mlada luka
300 g šparoga
2 tikvice
30 ml maslinovog ulja
2 grančice ružmarina
Sol
Papar
cca 1,5 dl vode
Za pire:

450 g graška
350 g krumpira
20 g maslaca
Sol

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Pećnicu zagrijte na 180°C.

Pripremite meso za pečenje. Od buta dvojite gornji dio u zglobu i sačuvajte ga za juhu ili temeljac. Dobro posolite i popaprite te prelijte maslinovim uljem. Zapecite na vrućoj tavi sa svih strana, stavite na pleh i u pećnicu.

Pecite 1 sat pa okrenite meso na drugu stranu. U pleh ulijte oko 1,5 dl vode, mesu dodajte grančice ružmarina i pecite još jedan sat i trideset minuta. Za to vrijeme pripremite pire. Krumpir ogulite, narežite na četvrtine i stavite kuhati u posoljenu vodu. Kad voda zavrije kuhajte 15 minuta pa dodajte grašak i nastavite kuhati 10 minuta. Dobro ocijedite. Odvojite krumpir od graška i provucite ga kroz sito za krumpir ili zgnječite ručno. Dodajte mu sol i kockicu maslaca te promiješajte. Grašak usitnite štapnim mikserom pa umiješajte u krumpir.

Nakon jednog sata i trideset minuta izvadite meso iz pećnice i odložite na tanjur. Na pleh dodajte oprano i narezano povrće, šparoge kojima ste odstranili donji tvrdi dio, mladi luk, tikvicu narezanu na manje komade te bob. Povrće posolite i prelijte s malo maslinovog ulja. Pecite 10 minuta, pa pojačajte temperaturu na 220°C i pecite povrće još 15 minuta.

Nakon što je meso odmorilo narežite ga na tanke kriške. Servirajte s pireom i pečenim povrćem.