

Jelenie mäso marinované v červenom víne

Recept od Dany Zemesovej

Prírodu mám rada už od detstva. S babičkou som chodievala do lesa, kde sme spolu pozorovali srnky, bažanty a drobné vtáctvo. Tieto chvíle vytvorili silné spojenie, ktoré ma viedlo k poľovníctvu a ku Klubu slovenských poľovníčkov. Prechádzky v lese mi pomáhajú načerpať energiu, zrelaxovať a obdivovať nekonečné krásy prírody. Poľovníctvo mi umožnilo spoznať úžasných ľudí zo Slovenska ale aj zo zahraničia, ktorí sa stali mojimi priateľmi. Dovoľte mi, aby som sa s Vami podelila o recept, ktorý robí chvíle s mojimi milovanými ešte príjemnejšími a mimoriadnejšími.

 4 osoby

 Príprava 90 min.

 Náročnosť stredná

Ingrediencie

½ kg jelenie mäso (stehno, lopatka, môže byť aj karé)

1,5 dcl slnečnicový olej

1 veľká cibuľa

4 strúčiky cesnaku (pretlačené)

1 ČL mletá červená paprika

½ ČL mletá páľivá paprika

1 ČL mleté čierne koreníe

soľ

7 ks červená repa/cvikla

4 ks cviklové listy

3 dcl červeného vína

sezónne bobuľové ovocie

cukor

balzamikový ocot/ochutený, napr.

hľuzovkový

1 PL olivového oleja

Servírovanie

Podávame s opekanými zemiakmi, zeleninou a vínom Cabernet Sauvignon. Recept je vhodný aj pre bezlepkovú diétu.

Postup

V malej miske spolu vymiešajte olej, pretlačený cesnak, mletú sladkú a páľivú papriku, mleté čierne koreníe a soľ. Jelenie mäso nakrájajte na plátky (podľa vašich zvyklostí) Plátky vložte do marinády a marinujte 4-8 hodín alebo môžete marinovať v celku (nakrájajte ich po osmažení/zatiahnutí mäsa). Na oleji z marinády opečte mäso z oboch strán na panvici, prepečenie mäsa podľa želania.

Cviklu očistite, listy si odložte bokom. Jednu cviklu odštvajte a zvyšok cvikly dajte na pekáč a pečte asi 90 minút pri teplote 160°C, cviklu pečte až kým nie úplne mäkká. Po vychladnutí ju ošúpte a nakrájajte na kúsky.

Do hrnca dáme polovicu množstva červeného vína, cviklovej šťavy, cukru, soli, 1ČL balzamikového octu, všetko spolu zredukujte na hustú omáčku.

Cviklové listy zľahka opražíme na olivovom oleji, použijeme na ozdobenie taniera, inak sú veľmi chutné a zdravé.