



## Bárány wokkban ahogy én gondoltam

(4 személyre)

### Hozzávalók:

- 80 dkg bárányi comb
- 10 dkg húsos szalonna (bacon)
- 1 kis brokkóli
- 1 nagyobb édesburgonya
- 2 db cukkíni
- 1 fej lilahagyma
- 1 padlizsán
- 2 dl száraz fehérbor
- só, bors, majoranna, rozsmaring



### A hús pácolásához:

- tökmagolaj, worchester, soja, durva színes bors,

A húst nagy darabokra vágtam, és a pácba forgattam, hagytam benne kb.1 órát, hogy az ízek jól átjárják. A bacont kb.4 cm-s darabokra vágtam és hirtelen nagy lángon kisütöttem ropogósra. A pácból kivéve forró wokkban pirosra sütöttem, kivettem és a zöldséget tettem a helyére, olajat téve alá át pirítottam, majd a fehérborral felöntöttem és fűszereztem. A fedőt rátéve megpároltam, majd amikor elkészült hozzátettem a pirított húst, a szalonnát és vele is kicsit pároltam, majd fedővel lefedve pihentettem, hogy az ízek még jobban átjárják a húst is. Kakikára vágott sültburgonyával tálaltam.

