

Praktikák a jó grillezéshez

A pácolás lényege, hogy általa egy egyszerű alapanyag különleges, ízletes étellé változzék. A rostos sütésre szánt húsokat, zöldséget néhány órával korábban pácoljuk be, időnként forgassuk meg a páclében.

Ha lehet - lefedett edényben - hagyjuk pácolódni egész éjszakára. A marha és vadhúsok számára ideális az ecetes, a citrusos és a boros pác: az olaj alapú pácok hatására sütés közben a hús nem szárad ki, különösen szárnyasokhoz és sertéshúshoz alkalmasak. A bepácolt húsok az aromaanyagokat magukba szívják.

Tejföl, tejszín, joghurt pác: Rövid ideig tartó érleléshez használjuk, szeletekre vagy vadasnak szánt ételekhez. A húsdarabokat annyi fokhagymával fűszerezett tejföl, tejszín vagy natúr joghurttal öntjük le ami ellepi. 1-2 órát állni hagyjuk. Csirke, pulyka, fácán, vaddisznó illetve muflon pácolására javasolt.



Mustáros pác: Szeletelt sertés és marha húsokra használjuk. Lehetőleg friss, aprított zöldfűszereket, mustárt, szójaszószt összekeverünk, és a húsokra kenjük. Pácolás után ezzel a mártással sütjük. A pácolás tarthat 1-2 órától több napig, tároljuk hűtőben.



Olajos pácok készítése: A hozzávalók mindig őrölt, szárított fűszerek vagy apróra vágott zöldfűszerek legyenek. Csont nélküli, szeletekre vágott húsokhoz alkalmazzuk, így azok gyorsabban érlelődnek. A fűszereket elkeverjük, majd a szeletekbe beledörzsöljük, belemártogatjuk, hogy mindenhol egyenletesen fedje. A fűszerezés után leöntjük oliva vagy étolajjal, hogy befedje. Hűtőben 1-2 napig érleljük. Használhatjuk a fiatal őz, vaddisznó és a szárnyasok, sertés, pácolására is.

Boros pác

A zöldségeket feldaraboljuk. 2 dl vizet felforralunk, beledobjuk a zöldségeket és a fűszereket, (egészborsot, babért, kakukkfűvet, tárkonyt, borókát, vöröshagymát, f.hagymát, sárga és fehérrépát) pár perc főzés után, a lángot lekapcsolva beleöntjük az ecetet és a bort.

A vad vagy marhahúst felszeleteljük és a kihűlt páclevet ráöntjük. Néhány napig, az állat korától függően állni hagyjuk, de naponta kétszer a hús megforgatjuk.



Ledni Laci receptára

Ahogy én készíteném

A hússzeleteket zsiradékban elősütjük, majd mindig kevés a páclével felöntve puhára pároljuk.

Csirke húshoz natúr joghurtot vagy barna sört ?

A kicsontozott felszeletelt csirkemelleket és combot dörzsöljük be durvára őrölt borssal (használhatjuk a bolti darabos keveréket is), majd tépkedjük rá kedvenc friss fűszernövényeinkből. Használhatunk szárított vagy épp a szárnyasokhoz kitalált fűszerkeveréket is. Inkább a friss fűszereket, és közülük a kakukkfű, a bazsalikom, a citromfű, az oregánó, a majoranna, a rozsmaring a kedvenceim.

A befűszerezett húsokat kenjük be mindkét oldalukon natúr joghurttal, majd tegyük egy tálba vagy műanyag dobozba, és pár órán vagy akár egy estén keresztül érleljük.

1.-csirkemellet pácolhatjuk még mézzel, vörösborral, narancssal, borssal, friss majorannával

2.- bors, majoranna, szója szósz, mustár, ketchup, 1 pohár barna sör sütéskor sörrel locsoljuk meg a húst is !

Felhevített boronatárcsát - ha nincs - griltálcán faszéne- olíva olajjal kikenjük és joghurtostul rátesszük, majd mindkét oldalát pár percig sütjük, míg megpirul. Újabban akkor szólok először amikor megfordítottam a húst és már kérget kapott így kellemesebb lesz a hús állaga, szaftosabb marad., Kb. 180 -200 fokos tárcsán, 8 perc alatt lehet készre sütni.

Nincs más hátra mint, hogy jó étvágyat kívánjak és egy pohár jó italt az ételhez.