



Szürkemarhanyelv rántva Fáy burgonyával

Hozzávalók (4 főre):

Az abáláshoz:

- Szürkemarhanyelv 1 db
- Babérlevél 2 db
- Vöröshagyma 2 db
- Fokhagyma 2 db
- Só 0,03 kg
- Egész feketebors 0,03 kg

A sütéshez :

- Liszt 0,2 kg
- Tojás 3 db
- Zsemlemorzsa 0,3 kg

A körethez :

- Burgonya 1,5 kg
- Vaj 0,1 kg
- Só 0,02 kg
- Őrölt Feketebors 0,01 kg



Marhanyelv:

A marhanyelvet egy fazékban, hideg vízben feltesszük főni, a fűszerekkel és hagymákkal együtt. Kb. 2 óra után leellenőrizzük. (megszúrjuk villával, ha elég puha akkor kész az abálás). Hűlni hagyjuk de csak addig amíg kézzel már megtudjuk fogni, mert meg kell még pucolnunk. Ezt a műveletet egy kisebb késsel végezzük. A nyelvről lehúzzuk a kemény burkot, mintha egy kemény héjú almát pucolnánk. Ha elég ügyesek vagyunk ez a feladat nem is olyan nehéz. A kihűlt marhanyelvet kb. fél cm-es szeletekre vágjuk. A továbbiakban ugyanúgy járunk el, mint bármely húsnál; tehát liszt, tojás és zsemlemorzsa a nyelv útja. Bő olajban pirosra sütjük.

Fáy burgonya:

A burgonyát héjában megfőzzük, majd megpucoljuk. Tepsire helyezük, majd bekenjük őket olvasztott vajjal, sózzuk, borsozzuk. 200 °C-os sütőben megsütjük.

Tálaláskor áfonyadzemmel tesszük még vonzóbbá az ételt.