

□□ In trecut, cimbrul era consumat de catre luptatorii scotieni sub forma de ceai ca sa le dea curaj.



Timp de preparare: mediu.

Numar de portii: 4.

Complexitate: mediu.

Ingrediente

- 1 musculchi de porc
- 200 g nuci macinate

- 2 linguri cu miere
- 1 felie de paine toast
- 1 lingura unt
- 2 crengute de cimbru
- ulei
- sare

Pentru garnitura

- 1 mango
- ananas
- 1 lingura zahăr
- 100 g stafide
- chimen

Mod de preparare

1. Se taie muschiulețul de porc pe jumătate, pe lungime, în așa fel încât să se obțină o bucată de carne mai mare. Se bate ușor cu podul palmei și se condimentează cu sare. 2. Pe mijloc se pune nuca, mărunțită și amestecată cu mierea și puțin cimbru tocat. Se rulează cu grijă și se prinde cu scobitori. Se unge cu ulei, se tăvălește rulada prin firimituri de pâine uscată trase în unt și amestecate cu cimbru tocat.
3. Se așază într-o tavă, se stropeste cu puțină apă și ulei, se acoperă cu folie de aluminiu și se lasă la cuptor o oră. Cu 15 minute înainte, se îndepărtează folia.
4. Separat, se amestecă pe foc cubulețe de mango, ananas, stafide, zahăr, chimen și puțină apă. Se fierbe amestecul la foc mic până se îngroașă, adăugând puțină apă dacă este necesar. 5. Se servește rulada tăiată felii cu garnitura de mango și ananas.

Sfat: Se rumenesc 100 g de nuci caju și se trag în 5 g de unt. Se sting cu 100 ml de sos de soia și se lasă să dea în câteva clocote. Se servește alături de rulada umplută.

*** sursa - ecuisine.ro