

## **Бараняча нога, запечена у фользі**

*Шеф-кухар Гриль-кафе «The Grand» Кукленко Альона Юріївна.  
Криворізький район, м. Апостолове.*

*Баранина – дуже ніжне, ароматне і соковите м'ясо. А **бараняча нога, запечена у фользі** – страва надзвичайно смачна! Смак і запах цієї страви неможливо описати словами. Золотисто-коричнева м'ясна скоринка, яка так і тане в роті, прозорий, апетитний жирок і незвичайно ароматний запах. Бараняча нога займе гідне місце на вашому святковому столі.*



### **Рецепт страви:**

#### **Інгредієнти:**

- Бараняча нога – 2 кілограми
- Часник середніх розмірів – 6-9 зубчиків
- Головка часнику середніх розмірів – 1 штука
- Цибуля ріпчаста середніх розмірів – 4-6 штук
- Розмарин сушений – 4-5 гілочок
- Сіль – на смак
- Перець чорний мелений – на смак
- Олія рослинна – на смак
- Бульйон м'ясний – 300 мл
- Вино червоне сухе – 300 мл

- Частину часнику нарізаємо **на 2-3 поздовжні частини**. Трохи залишаємо у лущинні. Ріжемо цибулю **на 4 частини**. **2-3 сушені гілочки** розмарину нарізаємо на шматочки **7-9 см**. Інші гілочки нарізаємо на шматочки, розміром **1,5–2 см** для того, щоб ними начинити баранячу ногу. **Увага:** велика кількість прянощі може зробити наше блюдо неприємно гірким, тому не переборщіть з нею.

- Зрізуємо з баранячої ніжки плівки. Жир не зрізуємо, тому, що чим жирніше литка, тим вона буде смачнішою, коли засмажиться. З усіх боків ніжки робимо глибокі надрізи. В утворені отвори вставляємо часникові скибочки, філе анчоусів і невеликі гілочки розмарину. Потім обмазуємо баранячу ногу рослинною олією з усіх боків і після - рівномірно солимо і перчимо. Перекладаємо м'ясний продукт у вільну миску. Увага: маринувати баранину не треба.

- У каструлю наливаємо м'ясний бульйон і червоне вино. Ємкість ставимо на середній вогонь і доводимо рідину до кипіння. Потім знімаємо каструлю з вогню, накриваємо кришкою і залишаємо настоятися.

- За допомогою кондитерського пензля злегка змащуємо дно ємкості рослинною олією. Для приготування нашої страви потрібно використовувати деко з високими бортами.

- Рівномірно викладаємо на дно дека шматочки цибулі, зубчики часнику, неочищені від лушпиння, і кілька гілочок розмарину.

- Перекладаємо з миски на наші інгредієнти підготовлену до запікання баранячу ногу і заливаємо її злегка остиглою заправкою з вина і бульйону. **Увага:** рідина не повинна покривати наш м'ясний інгредієнт повністю. Зверху ємкість зі стравою щільно накриваємо фольгою.

- Перед тим, як поставити деко в духовку, зробимо з допомогою виделки або ножа кілька проколів у фользі, щоб пар, який утворився під час запікання, міг через ці отвори виходити назовні.

- Попередньо розігріваємо духовку до температури **100°-120°С**. Ставимо деко з баранячою ногою в духовку на середню полицю і запікаємо її протягом **5 годин**.

- По закінченню цього часу збільшуємо температуру в духовці до **200°С**, дістаємо деко з духовки й знімаємо фольгу.

- Після ставимо назад блюдо в духовку доходити ще протягом **15–20 хвилин**.

- По готовності дістаємо баранячу ногу. Відставляємо м'ясо в бік остигати протягом **15 хвилин**. **Увага:** готовність м'яса можна перевірити за допомогою зубочистки. Якщо вона легко проткне баранячу ніжку, і з такою ж легкістю ми її дістанемо з м'яса – значить наше блюдо готове.

- Баранячу ніжку перекладаємо на широке плоске блюдо для подачі.

Подаємо на стіл разом зі свіжими овочами, вареною картоплею або замаринованими в оцті кільцями цибулі.