

Запечена свинина з айвою

Сезонна ідея по-особливому приготувати святкову та ароматну печеню.

Айва - це найзагадковіший фрукт з усіх добре відомих. На вигляд непоказна, тверда як камінь, терпка до неможливості, але при цьому має такий витончений аромат, що своєю присутністю може зробити страву вишукано-аристократичною.

Слово «айва» запозичене з кримськотатарської або турецької мови. У природі росте в Закавказзі й Середній Азії, але культивується в Європі, Північній і Південній Америці, Північній Африці, Океанії й навіть в Австралії.

Айва має гіркі, жовті, грушоподібні плоди, які використовуються для приготування різних страв. Її плоди тверді, кисло-солодкі, терпкі й ароматні. Тому страви приготовані з цими фруктами набувають особливого смаку та аромату.

Свіжі плоди айви — це справжня скарбниця вітамінів і біологічно активних речовин: провітамін А, вітаміни С, Е, В1, В2, В6, РР, фруктоза, глюкоза, пектинові сполуки, кислоти — лимонна, яблучна і тартанова, солі калію, кальцію, заліза, фосфору і міді. При цьому, самі плоди айви можуть бути досить великими, від 200 до 700 г. Вважають, що після обробки плоди айви зберігають всі свої корисні властивості, проте, наприклад тартанова кислота при нагріванні руйнується, а між тим вона дуже корисна для тих, що худнуть і підтримують форму. Айва не дає відкластися жиру, гальмує перероблювання вуглеводів.

Плоди айви найчастіше варять або запікають, готують желе, мармелад, варення, компоти, соки й цукати. Цікаво, що слово мармелад походить від португальської назви айви — marmelo. Це підтверджує і той факт, що спочатку мармеладом — marmelade у Франції називали варення з айви. Не зважаючи на те, що айва є фруктом, вона служить прекрасним доповненням до м'яса. І баранина, і яловичина, і свинина — усі вони при приготуванні з айвою набувають дивовижного смаку та аромату.

Перед приготуванням айву потрібно добре вимити та почистити від пухнастого нальоту, який може викликати кашель і навіть алергію, іноді

доводиться зрізати шкірку цілком. Насіння, плодоніжки й тверду серцевину теж видаляють.

- 1 кг свинини великим шматком окосту чи вирізки, ошийка
- 8 столових ложок оливкової олії
- 1 цибулина
- 1 морква
- 1 стебло селери
- 4-5 зубчики часнику
- 500 мл бульйону
- 2 столові ложки діжонської гірчиці
- 2 столові ложки меду
- 2 столові ложки бальзамічного оцту
- 1 чайна ложка меленого коріандру
- 2 лаврових листки
- сіль, перець
- 3 великі айви

Можна використовувати не тільки айву, а додати ще й яблука, і сушені сливи.

Нагріти духовку до 200 С.

М'ясо промити під проточною водою, обмокнути паперовим рушником. Якщо шматок м'яса нерівний, обв'язати його кухонним шпагатом щоб надати йому форми. Посолити та поперчити навколо.

У великій товстій каструлі нагріти олію та підрум'янити з усіх боків м'ясо.

Тим часом помити та почистити цибулю, моркву, селеру, часник й нарізати великими шматками.

Вийняти на таріль обсмажене м'ясо, а у каструлі обсмажити нарізані овочі до золотистого кольору, та повернути м'ясо у каструлю. Додати мед, оцет, гірчицю, коріандр, лаврове листя та бульйон. Каструлю накрити кришкою, поставити у нагріту духовку й запікати 45-60 хв.

У той час помити плоди айви, видаливши серцевину, порізати великими шматками. Додати шматки айви до свинини й запікати ще 30-40 хв.

Готове м'ясо вийняти з каструлі, покласти на таріль та накрити фольгою. Якщо соус з овочами та плодами айви рідкий, його необхідно ще проварити з відкритою кришкою щоб рідина випарувала та соус загустів.

Свинину нарізати тонкими скибками викласти в глибокий таріль, полити навколо соусом з овочами та айвою.

До запеченої свинини особливо komponує тушкована червона капуста і відварена картопля.













