

Технология приготовления кролика

Мясо кролика бывает 1(мякоти 75%) и 2(мякоти 70%) категорий упитанности. Мясо кролика является высокоценным белковым продуктом (21% белку), жиру – 13%. В нем содержатся витамины группы В, минеральные и экстрактивные вещества.

Во время механической обработки у тушек срезают клеймо, удаляют горловину, шейный позвонок, почки, после чего тушки зачищают и рубают на 2 части – переднюю и заднюю по последнему шейному позвонку. Мякоть задней части содержит мало соединительной ткани, потому из нее изготавливают натуральные и фаршированные (молочным соусом) котлеты. Переднюю часть используют для тушения. Из мяса кролика изготавливают также изделия из котлетной массы (котлеты, биточки).

Подготовленные тушки кролика используют полностью (варка, жарка) или для приготовления порционных (котлеты натуральные, котлеты фаршированные, кролик по-столичному), мелкокусковых (рагу, плов, кролик, по-любительски) и рубленых (котлеты, биточки) п/ф по той же технологии, по которой изготавливают п/ф из птицы.





myJulia.Ru

Кролик в сметане

- Порубить мясо кролика на небольшие порционные кусочки, натереть перцем и солью.
- Обжарить кусочки мяса до зарумянивания в сковороде на масле со всех сторон.
- Очистить лук и морковь, мелко их нарезать, обжарить в другой сковороде на масле до мягкости, сильно не зажаривая, поперчить и посолить.
- Мясо выложить в форму с толстым дном (казан/сковороду/кастрюлю) и влить бульон (овощной или куриный), потушить на среднем огне на плите около 15мин, добавить овощную пассеровку, перемешать.
- Поставить мясо с овощами в нагретую до 180 градусов духовку на 20мин или просто потушить под крышкой на медленном огне, добавить прованские травы или веточку розмарина, влить сметану и перемешать, готовить еще 30-40мин на медленном огне на плите или в духовке.



ГОРЧИЧНО-МЕДОВЫЙ КРОЛИК

нам понадобится:

- кролик – 1 кг
- бекон или грудинка – 50 г
- лук шалот – 2 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- сливочное масло – 1 ст. л.
- мёд (без сильного запаха) – 1 ст. л.
- дижонская горчица – 1,5 ст. л.
- белый винный уксус – 1 ст. л.
- белое сухое вино – 50 мл
- куриный или овощной бульон – 150 мл
- соль, перец – по вкусу
- оливковое масло
- свежий или сухой тимьян

Кролика разрезать на порционные куски, сложить в миску, сбрызнуть уксусом, оливковым маслом, посыпать солью и перцем. Хорошо все втереть руками в мясо, оставить на 20-30 минут. Духовку разогреть до 170°C. Мелко порубить чеснок и лук. Бекон нарезать небольшими кубиками. На сковороде растопить сливочное масло, обжарить куски кролика на среднем огне до румяной корочки со всех сторон. Сложить в жаропрочную форму. В сковородку, где жарилось мясо, положить бекон, обжарить до прозрачности, всыпать лук и чеснок, тимьян. Жарить 2-3 минуты. Влить вино, выпарить наполовину, соскребая все прижарки. Добавить бульон, мед и оба вида горчицы. Посолить, поперчить. Довести до кипения, залить получившейся смесью куски кролика. Сверху уложить веточки тимьяна. Накрывать фольгой и поставить в духовку на 40 минут. Потом снять фольгу и запекать еще 30 минут, один раз перевернуть мясо и еще на 30 минут отправить в духовку. Готовое мясо должно легко отделяться от кости и просто таять во рту. На гарнир можно подать пасту или картофельное пюре.

Рецепты на Карточках

