

## JAGNIĘCINA NA ŚWIĄTECZNY STÓŁ



Jagnięcina beskidzka cechuje się wyjątkową soczystością, która jest uzależniona od zawartości tłuszczu śródmięśniowego. Podczas obróbki kulinarnej tłuszcz ten ulega rozpuszczeniu, ale pozostaje wewnątrz mięśnia, nadając mu soczystość. Ponadto mięso wyróżnia się jasnoróżową barwą i miękką lecz sprężystą strukturą.

<http://goraleslascy.pl/news.php?id=21651>

### **Jagnięcina na stole wielkanocnym? - polecamy**

#### **Pieczeń jagnięca**

Składniki: Ćwiartka jagnięca, 10 dag masła, 1 łyżka kminku, sałata zielona, sól. Mięso sparzyć wrzącą wodą, posolić i piec, ale krócej niż zwykle. Posypać kminkiem. Podać z zieloną sałatą.

#### **Jagnięcina pieczona**

Składniki: mięso z jagnięcia, czosnek, sól, pieprz, mięta, lubczyk, cebula, ziemniaki, ogórki kiszzone, tłuszcz do smażenia. Mięso z nogi jagnięcia upiec na tłuszczu, wcześniej posolić i naczosnkować. Kiedy mięso ładnie się zrumieni, lekko podlewać wodą i dalej dusić. Dodać miętę, czosnek i lubczyk. Cebulę zrumienić na złoty kolor. Mięso podawać z ziemniakami, ogórkami kiszonymi i polewać cebulką zrumienioną po mięsie.

#### **Sznyce jagnięce z dodatkiem oscypka.**

Składniki: ½ kg jagnięciny, 2 jajka, cebula, pieprz, sól czosnek, 25 dag oscypka, olej do smażenia, 4 łyżki bułki tartej do obtaczania sznycli. Mięso zemleć, dodać jajka, pokrojoną cebulę, sól pieprz do smaku, dodać 4 łyżki bułki tartej, trochę czosnku. Wszystko wymieszać. Formować sznyce, do środka włożyć kawałek oscypka. Obtoczyć w bułce tartej i smażyć z obu stron. Podawać wg uznania z ziemniakami lub chlebem.

#### **Szaszłyk jagnięcy**

Składniki: 1 kg mięsa, 20 dag słoniny, 1 główka czosnku, 4 cebule, sól, pieprz, tymianek. Mięso natarte olejem z czosnkiem i tymiankiem włożyć do zalewy na 12 godzin. Pokroić na kawałki, słoninę pokroić na plasterki, cebule pokroić w talarki. Na patyczki nabijać kawałki mięsa przekładając cebulą i słoniną. Smażyć krótko z obu stron.

**Chów owiec górskich**, którego produktem jest jagnięcina beskidzka odbywa się na pastwiskach i halach Beskidów. Obszary te nie są nawożone, charakteryzują się dużym zróżnicowaniem botanicznym, co wpływa na walory smakowe jagnięciny. Jagnięcina jest ważnym mięsem w diecie górali o czym świadczy bogactwo i różnorodność sposobów jej przyrządzania. Warto wymienić choćby takie specjały jak: jagnięcina pieczona (z

lubczykiem), sznycle jagnięce z dodatkiem oscypka, szaszłyk jagnięcy, jagnięcina z czosnkiem i miętą, czy jagnięcina duszona w jarzynach. Obecnie większość produkcji przeznaczana jest na eksport do krajów Europy Zachodniej, w których konsumenci świadomi dietetycznych zalet jagnięciny traktują ją jako delikates. Jagnięcina beskidzka cechuje się wyjątkową soczystością, która jest uzależniona od zawartości tłuszczu śródmięśniowego. Podczas obróbki kulinarnej tłuszcz ten ulega rozpuszczeniu, ale pozostaje wewnątrz mięśnia, nadając mu soczystość. Ponadto mięso wyróżnia się jasnoróżową barwą i miękką lecz sprężystą strukturą. Najbardziej charakterystyczną i wyróżniającą cechą jagnięciny beskidzkiej jest jej specyficzny zapach zbliżony do dziczyzny a szczególnie do zapachu sarniny. Wysoka zawartość CLA (izomerów sprzężonego kwasu linolowego) w mięsie korzystnie wpływa na zawartość lipoprotein we krwi, hamuje rozwój nowotworów, a także posiada silne właściwości antyoksydacyjne (pomaga zachować młodość).

### **Jagnięcina mleczna z Podhala i Beskidów**

Jagnięcina mleczna z jagniąt polskiej owcy górskiej karmionych wyłącznie mlekiem matek bez jakichkolwiek dodatków farmaceutycznych względnie środków pobudzających przyrost.

Tuszka jagnięca o wadze od 8 do 15 kg. – cena: 25 zł/kg

Półtusza jagnięca o wadze od 4 do 8 kg. – cena: 25 zł/kg

Udziec jagnięcy mleczny ok. 2,0 kg/szt. – cena 30 zł/kg

Łopatka jagnięca mleczna 2 szt. ok. 1,4 kg/opak. - cena

Comber jagnięcy mleczny

**polecam: Piotr Kohut, tel. 664 928 587**

gorale | 14.02.2010