



reteta-video.ro

Friptura de Porc cu Sorici la Cuptor

Zice o vorba inteleapta din batrani ca cea mai buna leguma este **porcul**. Si nu este departe de adevar, mai ales ca la noi romii **friptura de porc** este esenta meselor in familie. In general se pregateste foarte simplu si nu avem nevoie de cine stie ce iscusite tehnici de bucatarie pentru ca o bucata de carne sa devina o **friptura succulenta** care se topeste in gura. Cel mai bine este sa aiba si ceva grasime pentru ca bine prajit vine cu o aroma suplimentara, putin afumata, dar si cu o textura crocanta care se suprapune cu carnea frageda. Grasimea de sub sorici va ajuta la fragezirea carni, asa ca are un rol foarte important si desi pare grasa, mare parte se va topi la coacere. Bine este sa aveti carnea la temperatura camerei (scoasa de la rece cu cateva ore inainte de a o gati). Iar inainte de a pune **friptura de porc in tava**, carnea ar trebui sa fie putin fiarta sau macar pusa in apa fiarta si lasata acoperita cam 15-20 de minute, ca porii sa se inchida si atunci cand o vom baga la cuptor sa se faca in sosul ei. Eu am pus intr-o tava cateva condimente (anason, cuiisoare, frunze de dafin, salvie, boabe de coriandru si piper Sichuan, seminte de fenicul si chimen), apa si apoi carnea asezata pe grilaj. Apa ajuta la fragezire, dar nu trebuie sa fie in contact cu carnea, iar pe parcurs am verificat si am completat cu apa cand aceasta s-a evaporat. Daca nu aveti o tava cu grilaj, puteti pune bucata de carne direct pe gratarul cuptorului si dedesupt o tava cu condimente in care sa se scurga grasimea. Am ales sa fac **pulpa de porc**, dar bun e si un rasol sau o bucata de piept de porc, iar sorici l-am crestat cu un cutit bine ascutit doar la suprafata, fara a ajunge pana la carne. Finalul a fost dezmat pentru papilele noastre: rumenit si crocant, grasimea prajita si succulenta, carne frageda si aromata. Daca mai aveti chef (imi era atat de pofta incat am mai adaugat peste partea asta), treceti printr-o sita ce ramane in tava dupa ce ati copt friptura si puneti o parte din acest lichid intr-o tigaie. Adaugati niste vin alb si putintica faina si fierbeti sosul pana cand are consistenta dorita. Lasati **friptura de porc** sa se odihneasca inainte de a servi, iar apoi atacati!

INGREDIENTE FRIPTURA DE PORC CU SORICI CROCANȚ LA CUPTOR

2 kg de pulpa de porc fara os cu sorici, spalata si stearsa, la temperatura camerei
un pumn cu condiment (anason stelat, frunze de dafin si salvie, boabe de coriandru si piper, seminte de fenicul si chimen, cuiisoare)
2 linguri cu ulei
sare
piper macinat
apa fierbinte

MOD DE PREPARARE FRIPTURA DE PORC CU SORICI CROCANȚ LA CUPTOR

- PASUL 1**
Incalzim cuptorul.
- PASUL 2**
Pregatim aragazul si o oala mare in care punem apa si o lasam sa fiarba. In apa care clocoteste adaugam pulpa de porc, dam foc mic si lasam carnea de porc sa fiarba cam 10-15 minute, acoperita complet cu apa, fara insa sa dea niciun clocot.
- PASUL 3**
Scoatem apoi pulpa de porc din cratita, o scurgem bine si o stergem dupa ce s-a racorit putin.
- PASUL 4**
Cu un cutit bine ascutit crestam soriciul in patratele, cu grija sa nu ajungem cu taietura pana la carne, ci doar in grasimea de sub piept.
- PASUL 5**
Pregatim o tava pentru cuptor cu gratar deasupra (daca nu aveti puneti direct bucata de carne pe gratarul cuptorului si dedesupt asaz pe o tava).
- PASUL 6**
Punem in tava anasonul si cuiisoarele, frunzele de dafin si pe cele de salvie, boabele de piper si coriandru, semintele de fenicul si piper de chimen, asezam gratarul deasupra si pulpa de porc pe gratar.
- PASUL 7**
Condimentam carnea de porc cu sare si piper macinat, pe ambele parti.
- PASUL 8**
Picuram deasupra uleiul, pe partea cu soriciul si masam bine pulpa de porc, astfel incat uleiul sa patrunda printre toate crapaturile din sorici.
- PASUL 9**
Turnam in tava apa fierbinte, care nu trebuie sa ajunga in contact cu carnea.
- PASUL 10**
Punem friptura in cuptorul incalzit la 170 de grade, cat mai jos, pentru pentru doua ore. Din cand in cand scoatem tava din cuptor si stropim carnea cu sosul din tava. Daca apa se evaporata, mai completam cu apa fierbinte sau chiar si cu bere. Oricum, o punem inapoi in cuptor dar nu uitam sa o scoatem cam din 30 in 30 de minute.

PASUL 11

Friptura de porc este gata daca atunci cand intepam carnea cu o scobitoare este atat de frageda incat aceasta intra foarte usor, fara cea mai mica rezistenta, iar soriciul este moale.

PASUL 12

Marim temperatura cuptorului la 240 de grade si mai tinem pulpa de porc in cuptor pana cand la suprafata soriciului apar multe bule fine si crocante.

PASUL 13

Lasam friptura sa se odihneasca timp de 10-15 minute, apoi o feliem (va fi atat de frageda incat se va rupe in fasii doar cu o furculita).

PASUL 14

Servim cu [varza alba](#), [varza rosie](#), cartofi la cuptor sau [piure](#), orez sau salata.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru Friptura de Porc cu Sorici Crocant la Cuptor.

POFTA BUNA!

SFAT:

Sosul ramas in tava poate fi trecut printr-o sita, pus intr-o tigaie cu putin vin alb si o lingura cu faina si lasat sa fiarba la foc mic pana obtinem consistenta dorita.