



reteta-video.ro

## Friptura din Pulpa de Porc la Cuptor

**Friptura din pulpa de porc la cuptor** suna foarte simplu, nu-i așa? Pai, așa și este! Ce poate fi mai ușor de făcut decât o **friptura la cuptor**? Condimentezi carnea, pui restul ingredientelor, bagi totul la cuptor și, din când în când, mai arunci un ochi să vezi ce face **de porc cu legume**. O mai întorci, o mai stropești cu sosul din tavă și aștepti cu nerăbdare ca **friptura de porc** să fie gata, ca nu mai rămâne decât să se răcească puțin și să se servească. Mai ales că în toată casa miroase a bunătațe. Ei bine, așa s-a întâmplat la noi în weekend. Căci da, pe cât de rapid pare să se pregătească o **pulpa de porc la cuptor**, pe atât de irezistibilă este aroma ei. Și chiar merită!

As putea să spun că să faci o **friptura de porc la cuptor** este cel mai simplu mod de a te bucura de o masă pe cinste! Și asta este foarte rapid, căci durează cam 10 minute să pregătești [carnea de porc](#) și legumele, iar apoi cuptorul face toată treaba. Și cât timp pulpa de porc este la cuptor, poți să-ți vezi de altele.

Nu știi cum se întâmplă la voi, dar la mama acasă sfârșitul de săptămână era mereu o sărbătoare. Era momentul când mama gătea ceva bun, mai special decât în timpul săptămânii, chiar dacă era o friptură simplă. Și obligatoriu ceva dulce. Și așa se întâmplă și la noi când suntem la casa noastră, am moștenit obiceiul. Și nu am fi cu adevărat noi dacă, din când în când, nu ne-am răsfățat cu o **friptură din pulpa de porc întreaga la cuptor** cu o crustă rumenă și condimentată, în timp ce carnea din interior este fragrantă și suculentă. Nu o fac prea des, dar și când o fac...

De obicei, cum vine vremea răcoroasă parcă mă apucă și pe mine pofta de o **pulpa de porc cu vin sau bere**, depinde ce am în gând în momentul când, să stau aproape două ceasuri cu cuptorul pornit, îmi dă o stare de bine. Când o bucată de pulpa de porc cu sosul merge la suflător! Când simt nevoia să ne adunăm la masă și să stăm ore întregi la povești, în timp ce o **pulpa de porc la cuptor** se gătește încet și ne învaluiște cu mirosul ei. Când totuși uităm de diete, de preparate sofisticate și savurăm cu poftă câte o bucată maricică de **friptură de porc la tavă**. Parcă mă simt din nou copil, fără griji și răsfățat! Căci da, friptura de porc fragedă la cuptor este esența unei mese în familie, fie că este Crăciun, Anul Nou, orice altă zi de Sărbătoare, o întâlnire cu prietenii, masa de duminică sau doar un moment în care să te bucuri de o masă delicioasă.

Și, după cum sigur vă așteptați deja, mereu îmi doresc să rămână o bucată din friptura din pulpa de porc. Asta ca să o mănâncă și ziua la micul dejun în cel mai delicios sandwich cu mustar, castraveti murati și o felie de friptură rece. Savurat în tihnă, cuibarita pe varful patului, cu o carte bună în mână și cu familia în jur. Iar feliată subțire merge de minune pe orice platou cu aperitive în mezeluri.

Nu mai zic! Sau să zic? **Pulpa de porc la cuptor** e rumenă dar fragedă, suculentă și moale în interior și super-mega-extra delicioasă să mai? O **friptură de porc la cuptor** pe care să o savurezi felie cu felie! Na, că am zis! Să ne fie de bine și vouă să vă fie de folos!

### INGREDIENTE FRIPTURA DIN PULPA DE PORC LA CUPTOR

o bucată întreaga de 1,2-1,5 kg de spată sau pulpa de porc

3 cepe medii

2 morcovi

o rădăcină de pastarnac

un mar mare

o capătana de usturoi

o linguriță cu paprika dulce afumată

o linguriță cu chimen macinat

o jumătate de linguriță cu cimbru

piper proaspăt macinat

sare

400 ml de vin alb, bere, supă sau apă

## **MOD DE PREPARARE FRIPTURA DIN PULPA DE PORC LA CUPTOR**

**1. Cum se condimenteaza pulpa de porc pentru friptura.** Condimentam carnea de porc degresata si bine stearsa cu sare macinat, chimen si boia afumata. O masam bine pe toate partile si presaram cimbru deasupra. O acoperim cu folie alimentara si o punem in frigider cateva ore (chiar si peste noapte) sau o lasam la temperatura camerei o ora si jumătate.

**2. Cum se pregateste friptura de porc la cuptor.** Dupa acest timp incalzim cuptorul. Taiem morcovii, ceapa si pastarnacul (se poate folosi si radacina de patrunjel sau de telina) in bucati mari. Taiem capatana de usturoi in doua, transversal. Feliem marul, curatam si semintele. Intr-o tava potrivita pentru marimea bucatii de carne formam un "pat" de legume din ceapa, morcov, pastarnac, mar si usturoi. Asezam deasupra legumelor pulpa sau spata de porc si turnam pe langa carne vinul (berea, supa sau apa), avand grija sa nu "spargem" condimentele, iar lichidul din tava sa nu atinga partea inferioara a bucatii de carne.

**3. Cat si cum se coace friptura din pulpa de porc.** Acoperim friptura de porc si o punem in cuptorul incalzit la 180 de grade pentru 30 de minute. O scoatem din cuptor, o intoarcem si pe cealalta parte si o punem inapoi in cuptor, tot acoperita, pentru inca 30 de minute. Dupa ce scoatem din cuptor, o intoarcem din nou, o stropim cu sosul din tava si o punem inapoi in cuptor, neacoperita, pentru 10 minute. Dupa aceste 10 minute scoatem friptura de porc din cuptor, o intoarcem si o stropim cu sos. In total o tinem 30 de minute, neacoperita, timp in care o intoarcem de 3 ori. Pulpa de porc la cuptor este gata cand este rumenita si se rupe usor cu o furculita.

**4. Servire friptura din pulpa de porc la cuptor.** Scoatem friptura din tava si o lasam sa se odihneasca 20-30 de minute inainte de a servi, acoperita lejer. Legumele pot fi pasate si transformate intr-un sos delicios, adaugand din lichidul din tava degresat (adunat din lingura grasimea care pluteste la suprafata). Servim friptura de porc calda, cu garnitura de cartofi (piure, natur, la cuptor), legume sau coapte sau rece in sandwich-uri, in loc de mezeluri.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Friptura Simpla din Pulpa de Porc la Cuptor*.**

**POFTA BUNA!**

### **SFATURI:**

1. Friptura de porc la cuptor se face din bucati mari de pulpa sau spata de porc dezodate sau chiar si din ceafa, daca nu este foarte grasa.

2. Stergem bine carnea cu servete absorbante pentru a fi cat mai uscata si toate condimentele sa se lipeasca de ea. Astfel marinada va fragezi.

3. Friptura din pulpa de porc la cuptor poate fi condimentata dupa gustul vostru. Se poate folosi chimen macinat sau seminte dar, daca nu va place, desi este un condiment specific pentru carnea de porc, poate fi inlocuit cu o alta aroma sau se poate renunta la el.

4. Carnea de porc poate fi marinata cu o zi inainte, pastrata in frigider acoperita, scoasa a doua zi cu macar o ora inainte de a o pune la cuptor.

5. Este de preferat sa folosim un mar acrisor care va da un gust mai bun sosului de legume.

6. Nu punem carnea pentru friptura scoasa din frigider direct in cuptor, ci o lasam sa ajunga inainte la temperatura camerei.

7. Lichidul adaugat in tava peste legume nu trebuie atinga partea inferioara a bucatii de carne.

8. Daca folosim pulpa de porc, care nu are foarte multa grasime, dupa ce asezam deasupra legumelor bucatia de carne putem adauga 1-2 linguri cu grasime de porc.

9. Daca lichidul din tava scade, completam cu apa calda.

10. Timpul de gatire pentru pulpa de porc la cuptor depinde mult si de marimea carnilor, astfel incat cel mai sigur e sa o incercam cu furculita. Daca aceasta intra usor in carne, este gata.

11. Nu taiem friptura de porc imediat ce o scoatem din cuptor, ci o lasam sa se odihneasca 20-30 minute, timp in care devine foarte frageda.