



reteta-video.ro

Piept de Porc Marinat la Cuptor

As putea sa spun ca sa faci o **friptura din piept de porc la cuptor** este cel mai simplu mod de a te bucura de o masa pe cinstel! Si e super rapid, caci dureaza cam 5 minute sa pregatesti carnea de porc, iar mai apoi frigiderul si cuptorul fac toata treaba. Si absolut poti sa pregatesti si niste **coaste de porc** sau o **scaricica**.

Cand am plecat la cumparaturi aveam in plan sa fac niste **coaste de porc la cuptor**, dar nu am gasit. Erau cateva bucati, insa erau mult os. Si, desi osul este cel care da gust carnii, parca nu erau chiar ce aveam eu in cap. Pentru ca ma gandeam la o **friptura de la cuptor**, dar care sa nu fie doar niste coaste insirate si care sa aiba carne doar intre ele. M-am mai invartit eu putin si am gasit **coaste de porc marinate**, dar stiu si eu cum era facuta marinada? Aproape ca-mi abandonasem planul, cand mi-a sarit in ochi o poza de piept de porc cu coaste si mi-am zis ca a mea este! Asta este! Nu o sa fie chiar **scaricica de porc la cuptor**, dar tot o sa fie bun!

Cand am ajuns acasa deja aveam in fata ochilor imaginea unor **coaste de porc glazurate**, tocmai scoase din cuptor! 🍷 Asa am desfacut repede bagajele si le-am pregatit pentru ca a doua zi, cand ajung de la serviciu, doar sa bag **costitele de porc la cuptor** da, desi nu este deloc complicat sa le faci, dureaza ceva timp pana cand sunt gata. Daca planuiti sa le faceti, trebuie sa va organizati putin.

Am pregatit marinada, am uns pieptul de porc cu ea si l-am pus in frigider. Asta ajuta tare mult daca vrei o friptura frageda, fie ca folosesti vin, otet, suc de fructe, bere sau iaurt, ce ai prin casa. A doua zi doar am pus **coastele de porc la cuptor** si le-am lasat sa se coace incetisor. Si, desi ne tot ferim de grasime in ultima vreme, faptul ca pieptul de porc a avut straturi de carne si grasime, dar si os, i-a dat un gust aparte. Caci grasimea de pe coaste s-a topit la cuptor si am desprins carnea de pe oase doar cu o furculita. De fapt, ca sa fiu sincera, am ramas cu osul in mana.

Nu-i chiar genul de friptura pe care sa o mananci prea des, dar stiti de cand nu am mai facut **coaste de porc la tava**? De fix un an! Ca era cazul, zic! Cum vine vremea racoroasa parca ma apuca si pe mine pofta de **scarita de porc la cuptor** 😊. E momentul ca sa stau 3 ore cu cuptorul pornit, imi da o stare de bine. Cand niste **coaste de porc cu sos BBQ** imi merg la suflet! Cand simt nevoia sa adun prietenii la masa si sa stam ore intregi la povesti, in timp ce in cuptor se coace incet **friptura de piept de porc**. Cand toti uit de diete, de preparate sofisticate si savuram cu pofta cate o portie de **coaste de porc la cuptor fragede**, rumene, lipicioase si suculente, ne fie de bine si voua sa va fie de folos!

INGREDIENTE PENTRU PIEPT DE PORC MARINAT LA CUPTOR

Pentru marinada:

- 1,2 kg de piept de porc cu os, coaste de porc, scaricica ca mai multa carne
- 2 linguri cu mustar
- 2 linguri cu ketchup (de casa)
- 2 linguri cu ulei de masline
- o lingura cu dulceata de ardei iute (de casa)
- o lingura cu zahar brun
- 2 linguri cu vin alb, sec
- 8-10 frunze de salvie
- o jumatate de lingurita cu seminte de chimen
- o lingurita cu boia afumata
- un sfert de lingurita cu cimbru
- o jumatate de lingurita cu scortisoara
- 10-12 catei mici de usturoi
- piper proaspat macinat
- sare

Pentru glazurat:

- 2 linguri cu sos BBQ (de casa)
- o lingura cu zahar brun

MOD DE PREPARARE PIEPT DE PORC MARINAT LA CUPTOR

1. Cum se pregătește marinada pentru coastele de porc. Punem într-un castron mustarul, vinul alb, o lingură cu zahăr brun, sare, paprika afumicată, de chimen, cimbrul, scortisoara, dulceața de ardei iute, ketchupul, frunzele de salvie tocate marunt, piper macinat, sare, paprika afumicată și zdrobim usturoiul și amestecăm bine.

2. Cum se pregătesc coastele de porc marinate. Îndepărtăm membrana albicioasă care acoperă partea cu os a coastelor de porc. Întâi introducem varful unui cutit mic sub ea, la unul din capete și apoi tragem încet de pielita. Stergem bine carnea și o ungem cu ulei de măsline, pe toate părțile. Apoi o acoperim cu marinada pregătită, tot pe toate părțile. Mutăm scaricica de porc într-o tavă, o acoperim cu folie alimentară și o punem în frigider pentru minim 12 ore.

3. Cum se pregătește pieptul de porc pentru cuptor. După ce scoatem carnea de porc din frigider, o lăsam minim 3-4 ore să ajungă la temperatura camerei. Încălzim cuptorul. Mutăm scaricica de porc, cu tot cu marinada, pe un gratar pus deasupra unei tavi și turnăm în tava o cană cu apă.

4. Cum se fac coastele de porc la cuptor. Acoperim friptura de porc cu o hartie de copt și o punem în cuptorul încălzit la 170 de grade pentru 2 ore și jumătate. La jumătatea timpului, întoarcem bucata de scaricica de porc, verificăm ca în tavă avem suficient lichid (completăm cu apă caldă dacă este nevoie) și o punem înapoi în cuptor, tot acoperită.

5. Cum se pregătește glazura pentru coastele de porc. Peste sosul BBQ punem zahărul brun și amestecăm bine.

6. Cum se fac coastele de porc glazurate. După 2 ore și jumătate, scoatem pieptul de porc cu coaste din cuptor, îndepărtăm hartiile de copt, completăm lichidul din tavă cu apă caldă, dacă este cazul, și ungem carnea cu jumătate din sosul BBQ. Punem friptura de porc înapoi în cuptor, la 220 de grade, neacoperită, pentru 15-20 de minute. Apoi o întoarcem și pe cealaltă parte, o ungem cu sosul rămas și o punem înapoi în cuptor, tot la 220 de grade și tot neacoperită, pentru încă 15-20 de minute.

7. Servire scaricica de porc la cuptor. După ce scoatem coastele de porc din cuptor, le lăsam să se odihnească 15-20 de minute înainte de a fi servite acoperite ușor. Servim costitele cu salată, cartofi copti și un sos de usturoi.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Piept de Porc Marinat la Cuptor*.

POFTA BUNA!

SFATURI:

1. Îndepărtăm pielita albicioasă care acoperă coastele de porc, pentru că aceasta nu se gătește bine, rămâne tare și se strânge la coaptură.
2. Stergem bine carnea cu servete absorbante, pentru a fi cât mai uscată și toate condimentele să se lipească de ea.
3. Cu cât scaricica de porc stă mai mult timp la marinat, cu atât devine mai fragedă.
4. Dacă nu aveți o tavă potrivită în care să marinăm pieptul de porc, este bine să le punem într-o pungă rezistentă.
5. Pentru o friptură de porc fragedă, scoateti carnea din frigider cu minim 3-4 înainte, pentru a ajunge la temperatura camerei.
6. Dacă nu aveți o tavă cu gratar special pentru fripturi, puteți să așezați scaricica de porc pe un grilaj pentru prăjituri pus deasupra unei tavi.
7. Dacă lichidul din tavă scade, completați cu apă caldă.
8. Nu tăiați friptura de porc imediat ce o scoateti din cuptor, ci lăsați-o să se odihnească 15-20 minute, timp în care devine și mai fragedă.