



reteta-video.ro

## Pulpa de Curcan la Cuptor cu Lamaie si Rozmarin

O **friptura de curcan la cuptor** aduna totdeauna familia la masa, fie ca e vorba despre o zi obisnuita, de un eveniment sau de Sarbatori. Se spune ca totusi carnea de curcan este mai sanatoasa si contine mai putin colesterol decat carnea de pui, dar ma gandesc ca de unde provine respectiva pasare. Daca gasim niste pulpe uriase de curcan la magazin, sigur ca le cumparam (asa cum am facut eu) fara sa mai tinem cont de cum a fost crescut, caci pofta e mare si posibilitatile limitate, iar discutia lunga... Eu am ales sa fac o **reteta de pulpe de curcan la cuptor** foarte simpla si care practic se face aproape singura. Trebuie doar sa avem rabdare, pentru ca va dura in cuptor minim o ora pentru fiecare kilogram de carne de curcan. Cat despre garnitura, avem multe variante la indemana: de la un piure de cartofi pana la legume la cuptor sau orez sau chiar o salata verde. Pentru un plus de aroma am imbracat **pulpa de curcan la cuptor** **aromatizat cu lamaie si rozmarin**. **Carnea de curcan** a fost frageda si aromata, iar la final ne-am lins pe degete. Am pus in tava un pahar cu vin alb, care a dat un plus de savoare. Au tot aparut discutii legate de folosirea foliei de aluminiu, asa ca va recomand sa folositi o hartie pentru copt, usor mototolita pentru o mai buna fixare. Daca va mai ramane unt cu ierburi, puteti sa il congelati in pungute mici fiecare data cand aveti nevoie este gata pregatit. Puteti sa-l folositi pentru tartine, fripturi suculente sau aluaturi fragede, pentru ca este numai bun, mai ales daca adaugati si alte ierburi aromatice sau usturoi. Sper sa va fie de ajutor reteta mea de **pulpa de curcan la cuptor cu ierburi, lamaie si vin** si va astept parerile!

### **INGREDIENTE PULPA DE CURCAN LA CUPTOR CU LAMAIE SI ROZMARIN**

2 pulpe de curcan  
150 g de unt  
un pahar cu vin alb  
5-6 crengute de rozmarin  
10-12 catei mici de usturoi, curatati si spalati  
coaja rasa de la 2 lamaie  
5 linguri cu ulei  
cateva boabe de piper  
cateva boabe de mustar  
sare  
piper proaspat macinat  
apa

### **MOD DE PREPARARE PULPA DE CURCAN LA CUPTOR CU LAMAIE SI ROZMARIN**

- PASUL 1**  
Incalzim cuptorul.
- PASUL 2**  
Desfacem frunzele de pe jumatate din crengutele de rozmarin si le tocam marunt.
- PASUL 3**  
Peste unt punem rozmarinul tocat, coaja rasa de lamaie, sare si piper macinat si amestecam bine pana cand obtinem o pasta.
- PASUL 4**  
Desfacem pielea de pe pulpe, dar fara sa o rupem. Nu o desfacem complet, ci doar cat sa descoperim cat mai mult din carne.
- PASUL 5**  
Acoperim carnea de curcan cu crema de unt aromatizat, apoi tragem pielea la loc.
- PASUL 6**  
Aranjam pulpele de curcan intr-o tava. Turnam deasupra uleiul si vinul alb. Condimentam cu sare si piper macinat. Strecuram carnea catei de usturoi, boabele de mustar si boabele de piper si presaram deasupra funze de rozmarin.
- PASUL 7**  
Turnam apa in tava, pana la jumatatea pulpelor.
- PASUL 8**  
Acoperim vasul cu folie si il introducem in cuptorul incalzit la 200 de grade pentru minim o ora pentru fiecare kilogram de carne.
- PASUL 9**  
Din 30 in 30 de minute scoatem vasul din cuptor si stropim pulpele de curcan cu sosul din tava, apoi il acoperim si il punem inapoi.
- PASUL 10**  
Cand carnea incepe sa se desprinda de pe oase, indepartam folia si mai lasam in cuptor pana cand pulpele se rumenesc, pe ambele parti.
- PASUL 11**

Servim cu cartofi, ciuperci sau morcovi si salata.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru  
*Pulpa de Curcan la Cuptor cu Lamaie si Rozmarin.***

***POFTA BUNA!***