

Sposoby przyrządzania jagnięciny



Na zdjęciu: pieczony comber jagnięcy z zielonym groszkiem, botwiną, szpinakiem i sosem z mango – jak to zrobić? [Zobacz film.](#)

Poprawa umiejętności zwiększa Waszą pewność siebie w kuchni i otwiera nowe możliwości przygotowywania pysznych potraw. My zawsze szukamy sposobów na poprawienie się i dlatego przygotowaliśmy dla Was jak najwięcej różnych porad. Przyjrzyjcie się poniższemu pomysłom.

Pieczona jagnięcina

Pieczenie jagnięciny nie musi być trudne. Jeśli szukaliście informacji ile powinno trwać pieczenie jagnięciny, Wasze poszukiwania dobiegły właśnie końca.

Niezależnie od tego czy jest to udziec czy łopatka, mamy dla Was różne porady, nie mówiąc już o najważniejszym: czasie pieczenia.

Aby zapewnić, że jagnięcina będzie zrobiona tak jak lubimy, radzimy by najpierw zważyć surowe mięso, a potem korzystając z poniższej tabeli ustalić czas pieczenia.

Jak piec sztukę jagnięciny

Ułóż półki piekarnika tak, by sztuka mięsa była na środku pieca.

Mięsa nie przykrywaj, ułóż na ruszcie w brytfannie tłustą częścią do góry. W ten sposób sos z mięsa będzie spływał w dół i samoistnie je nawilżał.

Sekretem dobrego wypieczenia sztuki jagnięciny jest użycie średniej temperatury kosztem dłuższego czasu przygotowania. Dzięki temu potrawa będzie równomiernie upieczona.

Pamiętajcie, by w celu ustalenia czasu pieczenia zważyć surowe mięso.

Po upieczeniu mięso odłóżcie na 5-10 minut, by jego włókna rozluźniły się, a sosy równomiernie rozprowadziły. Dzięki temu mięso będzie wilgotne i łatwe do pokrojenia.

Do mierzenia temperatury pieczenia warto użyć termometru do mięsa. Dostępne są dwa rodzaje takich urządzeń. Pierwsze wkłada się w środek surowej sztuki mięsa, tam gdzie jest najgrubsza i podgrzewa do momentu, aż nie zostanie osiągnięta docelowa temperatura. Innych termometrów używa się już na upieczonym mięsie, co pozwala na natychmiastowy odczyt.

Na szybko, temperatury powinny wynosić:

Jagnięcina średnio wypieczona: 70-75 °C, dobrze wypieczona: 75-80°C

Elementy mięsa jagnięcego	Czas pieczenia w temperaturze 180-190°C
Sztuka jagnięciny: udziec, łopatka, pierś, gicz, żeberka	Średnio wypieczona: 25 minut na każde 450 g + dodatkowe 25 minut. Temperatura wewnętrzna: 70-75°C Dobrze wypieczona: 30 minut na każde 450 g + dodatkowe 30 minut. Temperatura wewnętrzna: 75-80°C
Schab, kotlety, plastry jagnięciny	25-30 minut
Burgery z jagnięciny	15-20 minut

Zupa

Dobra zupa poprawia samopoczucie jesienią i zimą, a rosoly są doskonałe na chłodne wiosenne dni. Na stronie brytyjskiesmaki.pl do przygotowania zup rekomendujemy zazwyczaj pozostałości z przyrządzonej jagnięciny, szczególnie jeśli zależy nam na daniu bardziej treściwym i sycącym, a także na dobrze każdemu znanemu uczuciu rozgrzania, jakie zapewnia tylko dobra zupa.



Zupa z soczewicy z jagnięciną

[\(kliknij, aby poznać przepis\)](#)

Krzepiąca zupa, która z pewnością Cię rozgrzeje w chłodne noce, a wolno gotowana jagnięcina doda jej aromatu. Możesz też użyć baraniny, jako doskonałej alternatywy.



Duszona jagnięcina z wiosennymi warzywami

[\(kliknij, aby poznać przepis\)](#)

Ten przepis na duszoną jagnięcinę zawiera rozgrzewający bulion z kawałków karkówki lub łopatki jagnięcej doprawiony pysznymi świeżymi wiosennymi warzywami, jak ziemniaki, pory i groszek – z dodatkiem odrobiny curry, świeżo pociętej kolendry czy pietruszki. To przepyszne jednogarnkowe danie gotowane na płycie lub w piekarniku.

Przepisy na pozostałości jagnięciny

Czasami kanapka podana następnego dnia lub same plastry jagnięciny to najsmaczniejsze części z wieczornej pieczeni. Ale jeśli jesteś gotów spróbować czegoś innego, to mamy dla Ciebie masę przepisów, które zamienią wczorajszą wystawną kolację w pyszny lunch, niedrogie zakąski lub makaron idealny na piknik.



Drugie śniadanie z gwizdzących bąbelków jagnięcych

[\(kliknij, aby poznać przepis\)](#)

Gwizdzący bulgot – takie właśnie odgłosy wydobywają się z patelni, na której skwierczą ubite ziemniaki, kapusta i cebula – stąd nazwa naszej potrawy.



Letni makaron z jagnięciną

[\(kliknij, aby poznać przepis\)](#)