

# Friptura de miel la tava

[shashin type="photo" id="16309" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Friptura de miel la tava, cea mai simpla varianta dar si cea mai buna!!! E de nelipsit pe masa noastra de Paste, si e cel mai intens savurata de toti din familia noastra, desi eu mai mereu le pregatesc si alte „cate ceva” din carne de miel, pe langa :D. Partea care ne face pe toti sa salivam precum catelul lui Pavlov este intotdeauna spata, adica picioarele din spate ale mielului (prima poza din „lungul” sir de poze de mai jos ☐ ) dar si celelalte parti sint mai mult decit delicioase sub forma asta...

Ingrediente:

- pulpa de miel
- sare, piper
- ulei
- usturoi

Se prepara ingrozitor de usor :))

Se spala carnea, se condimenteaza bine cu sare, piper si un praf de cimbru sau acele de la o ramurica de rozmarin, daca va place, si se lasa cateva ore „la marinat” in frigider.

Puteti lasa bucata de carne intreaga sau o puteti taia de pe os in bucati mai mari, cu ajutorul unui cutit foarte bine ascutit.

Se aseaza apoi intr-o tava mare; se presara sare, piper si se unge bine cu ulei.

Se poate impana, din loc in loc, cu felii de usturoi. Eu asa am facut mereu. Pana anul asta, mai exact, cand am decis s-o las asa cum e si doar la sfarsit sa adaug usturoiul...muuult, muuult, sa fie! Am folosit o capatana ☐

Se da la cuptor, la foc potrivit, cu un pahar de apa si acoperita cu un capac sau folie, timp de 20-25 minute. Se intoarce apoi si se mai tine sub capac inca o data pe atata.

La sfarsit, se lasa la foc tare, neacoperita, cateva minute, pana se rumeneste frumos, pe ambele parti.



Garnitura, din pacate, n-am mai prins-o, si „asezarea pe farfurie” nici atat (va imaginati voi din ce cauze:D) dar pot sa va indrum spre garnitura de cartofi, de efect si gustoasa tare, pe care am adoptat-o acum cativa ani, la meniul de Craciun, aici: [Banuti” de cartofi](#)

Nu mi-au iesit atunci deloc apetisanti si mi-am promis ca intr-una din zile sa ii immortalizez din nou, dar dupa cum vedeti, tot n-am reusit ☐

Nu pot decat sa va cer sa ma credeti pe cuvant ca au fost niste „banuti” foarte reusiti si ca au completat de minune friptura de miel, frageda si delicioasa.





Sfat: Cu circa 15 minute inainte de a scoate friptura din cuptor, puteti sa stropiti carnea cu un paharel de vin (alb).