

Strucc java Benyovszky márdra

Szerző: -Fuxy-

2007. december 13.

Utolsó frissítés: 2007. december 14.

- 90 dkg strucc combhús
- 10 dkg kókuszreszelék
- 5 dkg friss gyömbér
- 1 szerecsendió
- 1 tk szeszbors
- 1,5 dl olaj
- 1 dl száraz fehérbor
- 1-2 db zsenge cukkini
- 1 db kárpates padlizsán
- 3 db szárgarépa
- 1 kis fej káposzta
- 20 dkg gomba
- 3-4 gerezd fokhagyma
- 1 ek méz
- 1-2 chili
- só

A marhabúsnál hasonló, de a márdra is szárazabb és zsírszegényebb strucc combhúst az izomkörmén megtszátjuk a hártájt, majd 1 centi vastag szeleteket vágunk belőle és jó kiklopfoljuk azokat. Az így kapott húsleves szeleteket finomra tört szeszborssal és sóval fűszerezzük, majd bekenjük olajjal és néhány vagy akár egész csokorban keresztül pihentetjük a hús szeletekben. Felhasználásuk előtt a szeleteket kókuszreszelékbe forgatjuk, majd wok-ban olajat hevítünk és hirtelen kisütjük benne az így márdra don bebundázott hússokat.

A struccszeleteket ekkor forraltuk és a visszamaradt olajban megpirítjuk a metélőre vágott szárgarépát, majd hozzáadjuk a negyedekbe vágott gombát. Ha a répa már főlkész állapotban van, adjuk hozzá a főbevágott erős paprikát, a leresztelt gyömbért és fokhagymát, majd 1-2 perc múlva sorrendben a cukkinit, a padlizsánt és a kárpateseket szintén ceruzanyira vastagságú metéltre aprítottunk előzetleg. Ha a zöldek már kezdenek odakapni edényhez, ántsük kárpateset borral, hogy a pörzsanyagok leoldódjanak róla, ezzel is gazdagítsuk a szaftot. (Borunk eredetileg természetesen pálmabor lenne, esetünkben azonban egy jó cserszegi fűszeres is kitűnően megteszi helyette.) Végül reszeljük erre a zanzibáriból eredetű zöldekre egy szerecsendiót és keverjük el az egész márdra. A korábban kisütött és már valószínűleg kihűlt hússzeleteket csokorba vágjuk és a wok szélén melegítjük fel. Az ételt párolt vadrizzsal tálaljuk. Borajánál: Afrikai magyar kajához egy magyar nemes-tócsa, száraz fehérbor, a már annyiszor emlegetett cserszegi fűszeres dukál. De a jóreg chardonnay, vagy a sokoldalú sauvignon blanc is jól megállja mellette a helyét. Egyéb kárpates: