


Toiset tykkää, toiset ei! Liekitetyt munuaiset ovat todellinen klassikkoruoka, jota kannattaa maistaa, ennen kuin tuomitsee.

Käytä mieluiten nuoren naudan munuaisia. Munuaiset kannattaa ennen käyttöä leikata tai viipaloida siten, että sitkeä sisus ja rasva voidaan poistaa. Liota munuaisia hetki kylmässä vedessä, vaihda vesi pariin kertaan, kunnes munuaisten ominaistuoksu raikastuu. Älä pidä liian kauan liotusvedessä, muuten munuaiset vettyvät. Kuivaa munuaiset hyvin talouspaperilla. Kuumenna reilusti voita pannulla, ruskista munuaiset nopeasti mieluiten parissa erässä, jotta ne juuri ja juuri kypsyvät. Liiallinen kypsytys tekee munuaisista sitkeitä. Nosta munuaiset sivuun, lisää pannulle hiukan voita ja silputtu sipuli, kuullota. Nosta kaikki munuaiset takaisin pannulle, kuumenna. Ota pannu pois liesituulettimen alta ja huolehdi, että liekit eivät voi osua mihinkään tulenarkaan. Kaada konjakki pannulle, sytytä tuleen - varo liekkiä! – ja ravistele pannua, jotta kaikki munuaiset maistuvat, kunnes liekki sammuu. Lisää kerma ja sinappi, hiven suolaa ja mustapippuria, sekoita ja anna kerman kypsyä hetki. Tarkista maku ja tarjoile keitetyn riisin tai perunamuusin kera.

Liekitetyt munuaiset



AINEKSET:
0,6 kg munuaisia
voita
2 salottisipulia
1 dl konjakkia
2 rkl vahvaa sinappia (Dijon)
2 dl kuohukermaa
suolaa ja mustapippuria

Tiesitkö?

Lanta on merkittävä lannoite kasveille ja vähentää uusiutumattoman fosforin hyödyntämisen tarvetta. Uusiutumaton fosfori hankitaan kaivoksista.