TENHON TILAN HERKKUJA

Osa 2. Lampaan– ja karitsanliha

Kiitos kaikille reseptejä lähettäneille

Koonnut: Laura Tenho 2017

Kuvat reseptin laatijoilta ellei muuta mainita. Kuvien käyttö ilman lupaa kielletty.

Sisällysluettelo

Lampaan potkat uunissa	3
Lampaan potkat 2.	4
Lammaskaali potkista	5
Lampaan potkajuurespata	6
Lammaskaali etuselästä	7
Lampaan niskakiekot	8
Lampaan ulkofile	9
Karitsan taivaalliset talouskyljykset	10
Nikin peltilammas	11
Täytetyt paprikat karitsan jauhelihasta	12
Karitsan maksa uunissa	13

Lampaan potkat uunissa

Reseptin laatija: Leila Luotonen

Ohjeet

1: Paloittele juurekset

2: Mausta potkat

3: Laita ainekset paistopussiin

4: Paista 175 °C:ssa 2-3 tuntia

5: Nauti

Huomautukset

Myös sipuli sopii mainiosti potkien kanssa.

Tämän helpommaksi ja huolettomammaksi ruuanlaitto ei voi mennä.

Ainekset

Lampaan tai karitsan potkaa

Lanttua

Porkkanaa

Rosmariinia

Valkosipulia

Suolaa

Lampaan potkat 2.

Reseptin laatija: Pirkko Karttunen

Ohjeet

1: Edellisenä päivänä jääkaappiin sulamaan, pari tuntia ennen valmistamista huoneen lämpöön.

2: Hiero potkien pintaan suolaa, mustapippuria ja niitä yrttejä mistä pidät , anna vetäytyä vielä tunti mausteiden kanssa raakana.

3: Paista pannulla voissa tai öljyssä pinnaltaan ruskeiksi ja laita joko uunivuokaan folio päällä tai pataan, jossa on kansi.

4: Keitä fondi: 1 litra vettä, kiehauta, sekoita 2 kpl ”Fond du Chef BEEF” ja kaada uunivuokaan. katso, että liemi peittää potkat, kansi tai folio päälle.

5: 150 °C 3-4 tuntia muhimaan, itselläni oli 4,5 tuntia ja nostin potkat luista ylös ja lihat tippuivat liemeen!

Huomautukset

Suosittelen että uunissa ollessa kaikki peittyy nesteeseen, makua tulee myös luista, huuhdo pannun huuhteluliemi aina uuniastiaan. Jos pidät valkosipulista, muutama kynsi mukaan.

Kahdelta syöjältä lihaa jäi todella paljon. Pistin luut 5 litran kattilan pohjalle ja otin liemen ja lihat erikseen, kaikki kylmiöön yöksi.

Ainekset

Lampaan potkaa (n. 1,1kg)

Suolaa

Mustapippuria

Yrttejä, esim. timjami ja rosmariini

Fondi:

1l vettä

2kpl Fond du Chef Beef

Lisäksi risottoriisiä, salaattia ja liemi kastikkeeksi

Lammaskaali potkista

Reseptin laatija: Pirkko Karttunen

Ohjeet

1: Silppua kaali, sipuli ja porkkana ja kuullota ne pannulla.

2: Kaada juurekset luiden päälle kattilaan tähteeksi jääneen lihan kanssa kerroksittain, rouhi päälle hiukan valkopippuria, sekaan pari laakerinlehteä ja loraus siirappia, kaada päälle talteen otettu liemi. katso, että kaikki ainekset juuri ja juuri peittyvät.

3: Kattila ilman kantta uuniin 150 °C, pyöräytä välillä, ruskistuu pinnalta aina hiukan. Tunnin päästä voi jo panna kannen päälle ja antaa vielä muhia uunissa tunnin, kaksi tai kolme. Aina vaan paranee, mitä kauemmin.

4: Poimi pois valmiista padasta potkaluut ja laakerinlehdet.

Huomautukset

Paranee aina vaan lämmitettäessä.

Annoksesta tuli n. 3 litraa ihanan muhevaa pehmeää lammaskaalia. Naapurin mummullekin riitti!!!

Ainekset

Potkista jääneet liha ja luut

1/2 keräkaalia (n. 1kg)

2 sipulia

2 porkkanaa

Valkopippuria

2 laakerilehteä

Loraus siirappia

Edellisen päivän liemi

Lisäksi leipää ja juustosiivu

Lampaan potkajuurespata

Reseptin laatija: Pirkko Karttunen

Ohjeet

1: Ruskista potkapalat padan pohjalla, lisää mustapippurit, puolet suolasta ja laakerinlehdet. Kaada vettä pataan niin, että potkat peittyvät.

2: Uunissa 150 °C n. kolme tuntia.

3: Pilko valkokaali, porkkanat, palsternakat, sipulit, lanttu ja valkosipuli ja kuullota erissä voi-öljy – seoksessa kattila, ripauta mukaan meiramia ja lirauta vettä mukaan sen verran, että voit antaa juuresten hautua hellalla kannen alla ykkösellä ja jää odottamaan potkan kypsymistä.

4: Kun potka on kypsää (luut selvästi irti), nosta potkat lautaselle jäähtymään ja päästele lihat irti ja pilko ne.

5: Kaada kypsennyspadasta liemi kattilaan. Lisää lihapalat ja voit vielä panna paljaat luutkin mukaan kattilaan antamaan makua. Lisää 2 rkl tomaattisosetta.

6: Hauduttele pataa kattilassa kakkosella, kunnes kaikki on oikein pehmeää, poista luut ja tarkista maku. Lisää suolaa ja mustapippuria myllystä maun mukaan.

Huomautukset

Mitä kauemmin haudutat, sitä parempaa. Paranee lämmitettäessä, voi pakastaa. Hyvää ruokahalua! Pirkko

Vinkki: kypsennä uunissa samaan aikaan toisessa padassa borssikeittoon naudan lapapalat!

Ainekset

2 lampaan potkaa n. kilo

2 sipulia

4 porkkanaa

2 palsternakkaa

1 keskikokoinen lanttu

½ valkokaalia n. 0,5 kg

4 valkosipulin kynttä

10 mustapippuria

3 laakerinlehteä

2 tl suolaa

Meiramia ripaus

Mustapippuria myllystä

2 rkl tomaattisosetta

Suurille joukoille voi lisätä myös perunaa

Lammaskaali etuselästä

Reseptin laatija: Leila Luotonen

Ohjeet

1: Paloittele kaali suikaleiksi ja laita puolet siitä pataan.

2: Lisää kokonaiset etuselkä palat kaalipedille ja peitä ne lopuilla kaalinsuikaleilla.

3: Lisää pataan mausteet ja loraus siirappia sekä mausteet ja vesi.

4: Hauduta pataa uunissa 175 °C 3-4 tuntia.

5: Irrota liha luista ja leikkaa paloiksi.

Ainekset

1,5 kg karitsan tai lampaan etuselkää

1 valkokaali

Vettä

2 rkl suolaa

10 kokonaista maustepippuria

Loraus siirappia

Ripaus meiramia

Huomautukset

Lihan voi irrottaa luista jo ennen kypsennystä, mutta luut antavat padalle herkullista makua.

Mausteeksi lampaalle ja karitsalle sopivat mainittujen lisäksi erinomaisesti myös esimerkiksi rosmariini ja valkosipuli.

Lammaskaalin voi valmistaa myös hellalla, jolloin muhennoksen annetaan kiehua hiljalleen padassa n. 2-3 tuntia.

Lampaan niskakiekot

Reseptin laatija: Pirkko Karttunen

Ohjeet

1: Huuhdo kiekot, kuivaa talouspaperilla ja leikkaa viillot ulkolaitoihin, etteivät käänny paistettaessa kupeiksi.

2: Laita pannulle voita ja öljyä ja kolme kiekkoa, paista hyvä ruskea pinta molemmin puolin. Älä pyörittele kiekkoja koko ajan, vaan anna rauhassa ruskistua, ennen kuin käännät. Miedonna lämpöä, kun pinta alkaa saada väriä. Ei ole tarkoitus kypsentää vaan saada pinta kiinni ja väriä. Lisää ensimmäiseen satsiin rasvaan pannulle mukaan basilikaa roiskimalla, toiseen pannulliseen rosmariinia ja huuhdo pannut uuniastiaan.

3: Lisää ½ l vettä vielä viimeisenä pannulle +1 kpl "Fond du Chef Beef", tai vastaavaa lihafondia, kiehauta ja kaada uunivuokaan. Älä sorru mielellään tavallisiin lihaliemikuutioihin… Lohko sipuli tai kaksi mukaan. Huom! Ei tarvitse suolaa.

4: Siirrä uuninkestävään kypsennysastiaan. Liikaa ei voi hehkuttaa valurautapatoja, mutta toimii myös jopa ihan ruostumattomissa teräskattiloissakin tai lasivuoissa, joihin saa kannen vaikka foliosta. Huolehdi, että uunivuoassa on nestettä melkein lihojen pintaan, lisää mukaan pari laakerinlehteä.

5: Kypsennä uunissa 150 C mielellään ainakin 3 tuntia. Käännä ainakin kerran kypsymisen aikana kiekkoja niin, että päällimmäisien pinnat ovat aina kosteita.

Huomautukset

Taas se vanha viisaus: kauan, miedossa lämmössä, yrttejä, ei suolaa, fondin suola riittää. Ei kannata peittää lampaanlihan hyvää makua millään tuhdeilla mausteilla.

Ainekset

6kpl niskakiekkoja

Rosmariinia
Basilikaa
Pari laakerinlehteä
Valkosipulia
1-2 sipulia

Paistamiseen
Voita
Öljyä

Lihafondia
0,5l vettä

Ateriaehdotuksia:

2-6 hlöä : kiekko/hlö lautaselle kuumana perunoiden ja keitettyjen porkkanalohkojen kanssa, vähän hunajaa kuumien porkkanoiden päälle, persiljasilppua pintaan + mahd. kirsikkatomaatteja lohkoina, persiljaa päälle. Kastikkeena on vain lientä! Puolukkahillo tai joka etikkasäilyke on mukana ihan OK.

2 hlöä:

1. ateria: kiekot lautaselle suoraan kuten edellinen.

2.-3. ateria: nypi jäljelle jääneistä kiekoista lihat kattilaan. Pistä luut toiseen kattilaan ja keitä pienessä vedessä luista vielä viimeiset maut! Siivilöi luuliemi lihakattilaan, heitä sekaan pari rkl maizena-suurustetta, kiehauta, maista ja lisää loraus kermaa ja jos kaipaat jotain muuta maustetta enemmän – tuskin! Aivan mahtava kastike minkä kanssa vaan ja kastiketta riittää vielä toiseksi kerraksi pakkaseenkin.

Lampaan ulkofile

Reseptin laatija: Laura Tenho

Ohjeet

1: Ota file ajoissa lämpenemään huoneenlämpöön.

2: Valmista uunijuurekset.

3: Kääntele valkosipulia pannulla öljyssä, ota valkosipulit sivuun ennen fileen paistamista.

4: Paista kokonaista filettä pannulla muutama minuutti molemmin puolin.

5: Kääri file folioon maustettuna suolalla pippurilla ja balsamicolla. Anna levätä 10 minuuttia.

Huomautukset

Lopputulos oli pehmeä medium-, joka maistui myös nuoremmille apukokeille (1v. ja 3v.). Pidentämällä paistoaikaa pannulla saat kypsemmän lopputuloksen.

Fileen kaveriksi teimme uunijuureksia (porkkana, palsternakka, punajuuri, peruna) hunaja-oliiviöljy-rosepippuri-viherpippuri-tilli-valkosipuli-marinadilla. Uunijuuresten kypsennysaika on 30min-1h riippuen palojen koosta ja uunin lämpötilasta.

Mukailtu Kodin kuvalehden (3/2016) reseptistä.

Ainekset

Lampaan tai karitsan ulkofilettä (hyvin mureutettuna)

Suolaa

Mustapippuria

Balsamicoa

Uunijuurekset:

Palsternakkaa

Porkkanaa

Punajuurta

Perunaa

Hunajaa

Oliiviöljyä

Mausteita maun mukaan

Karitsan taivaalliset talouskyljykset

Reseptin laatija: Pirkko Karttunen

Ohjeet

1: Paista paistinpannulla valitsemassasi rasvassa ruskea paistopinta neljään kyljykseen. Laita uunivuokaan. Lisää pinnalle muutama oksa timjamia tai jotain muuta yrttiä, laita vain yhtä yrttiä!

2: Paista pannulla pilkottuja sieniä (mitä vain) ja pienestä sipulista ja parista valkosipulinkynnestä sipulisilppua, rouhaise päälle mustapippuria ja suolaa (vähän) myllystä. Lisää n. 4 dl vettä ja kuumenna kiehuvaksi, lisää maissitärkkelystä roiskaisten (n. 1rkl) liemen saostamiseen, kiehauta hetki. Kaada sipuli-sieniliemi kyljysten päälle vuokaan.

3: Uuniin ilman kantta 175 astetta 1,5 - 2 tuntia, lämpöä voi vähentää loppupuolella.

4: Keitä risottoriisi lihaliemessä (lihaan ei kannata panna liikaa suolaa, sitä tulee riisin lihaliemestä).

5: Lautaselle pohjalle riisi, päälle kyljys ja kastiketta runsaasti päälle. Reunalle salaattia tai vain yksi tomaatti!

Huomautukset

Ruoka ei paremmaksi tule!

Ainekset

4 kpl karitsan tai lampaan talouskyljyksiä (annos kahdelle)

Sieniä

Sipulia

Valkosipulia

Mustapippuria

Suolaa

1 rkl maissitärkkelystä

Risottoriisiä

Nikin Peltilammas

Reseptin laatija: Terttu Lahtinen

Ohjeet

1: Ota perunat ja pese ne hyvin.

2: Leikkaa perunat ns.veneperunoiksi ja asettele ne pellille vierivieren.

3: Ripota hiukan suolaa perunoille. Sitten pane lihaiset luut perunoiden päälle ja mausta molemmin puolin seuraavasti : suolaa, runsaasti valkosipulirouhetta ja runsaasti kuivattua minttua.

4: Pidä yhteensä n. 1½ tuntia (ehkä hiukan yli) 200 asteisessa uunissa ja käännä kerran lihat välillä.

5: Lisänä kreikkalainen salaatti. Järsitään luut käsissä.

Ainekset

Lampaan tai karitsan kylkeä/ ribsejä

Perunoita

Suolaa

Valkosipulirouhetta

Minttua

Täytetyt paprikat

Reseptin laatija: Pirkko Karttunen

Ohjeet

1: Kermaviili ja sipulikeittopussin sisältö sekaisin kulhoon, annoin turvota puoli tuntia. Sekaan karitsan jauheliha, vatkasin tuhdisti lastalla, että tulee kuohkeaa!

2: Leikkasin paprikoiden molemmista päistä pois reilut palat voileivän päälle käytettäväksi siivuina, tongin sisältä pois siemeniä sen verran kuin tuntui tarpeelliselta ja tungin taikinan paprikoiden sisään lusikalla, niin, että näin lihamassan tulevan toisesta päästä ulos.

3: Sipaisin uunivuoan pohjaa öljyllä ja pistin täytetyt paprikat vuokaan. Vuokaan lisäksi siivutettuja (kypsiä) perunoita ja sipaisu öljyä paprikoiden ja perunoiden päälle.

4: Kypsensin paistosta uunissa 200 ^{o}C, 20 min, jonka jälkeen lisäsin paprikoiden ja perunoiden väliin muutaman siivun mozzarellaa, vielä 10 min uunissa ja uunista otettuna päälle ruohosipulisilppua ja rucolaa.

Huomautukset

Yhteen paprikaan mahtuu koosta riippuen 2-3 pihvin verran täytettä.

Jauhelihamassaa jäi niin paljon yli, että paistoin ihan voissa 7 pihviä valurautapannulla, sillä aikaa kun paprikat olivat uunissa.

En itse pidä täytetyistä isoista paprikoista, koska iso paprika voi olla aika paksua ja kitkerää ja sisusta ei maista, mutta Ramiro toimii varmaan lapsillekin ja maistat myös lihan oikeasti.

Ainekset

Karitsan jauhelihaa 0,5kg

Kermaviiliä

Sipulikeittoa pss

Ramiro-paprikaa (suippopaprika)

Lisäksi esimerkiksi

Perunoita (edelliseltä päivältä)

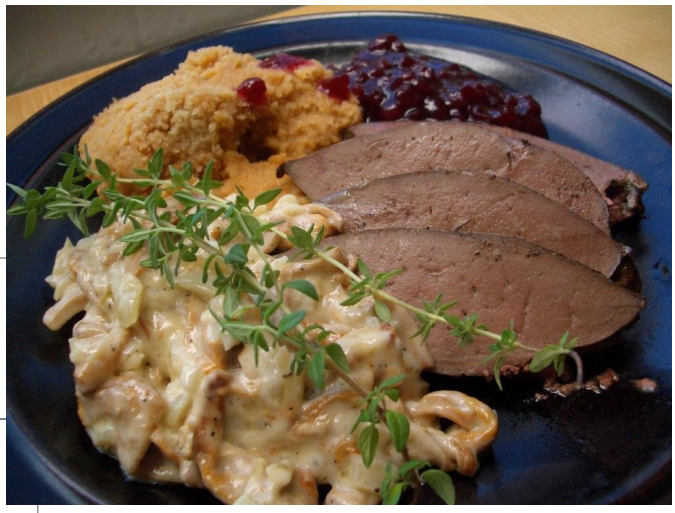
Mozzarellaa

Ruohosipulia

Rucolaa

Jos tekisin samat Tenhon tilan tavallisesta jauhelihasta, joka on aika rasvatonta, lisäisin ehkä taikinaan ihan pieneksi pilkottua Emmentalia, se antaisi lisää rasvaa ja juuston makua. Burgerijauhis toimii varmasti pelkältäänkin.

Karitsan maksaa uunissa



Reseptin laatija: Pirkko Karttunen

Ohjeet

1: Maksa hyvissä ajoin huoneen lämpöön! Jos teet pakastetusta, nosta edellisenä iltana jääkaappiin sulamaan ja ota huoneen lämpöön pari tuntia ennen paistamista. Laita uuni lämpenemään 125 asteeseen.

2: Paistinpannulle reilu nokare voita ja loraus öljyä, pannu todella kuumaksi. Paista toiselta puolelta maksa kokonaisena, kun saa rusketusta, käännä toinen puoli. Älä paista kauan vaan kuumalla. Maksan ei ole tarkoitus kypsyä sisältä.

3: Kokonainen maksa uunivuokaan, jauha vähän mustapippuria ja Herbamarea/suolaa pinnalle, kaada paistinrasva pannulta maksan päälle. Lämpömittari paksuimpaan kohtaan ja uuniin.

4: Ole tarkkana lämpötilan kanssa, älä anna paistua pidempään kuin lämpömittarin n. 60 astetta ja ota maksa pois uunista. N. puolen kilon karitsan maksan kypsyminen vei 35 min., lampaan isompi maksa vie vähän enemmän.

5: Folio päälle siksi aikaa, että saat kaiken muun valmiiksi! Pieni lepääminen tekee hyvää, paksuimmalta paikalta punertavaa ja reunoilta kypsempää. Siivuta n. sentin siivuiksi.

Huomautukset

Ei kannata ottaa päänsärkyä kalvojen yms. poistosta, ovat niin ohuita, ettei haittaa syödessä.

Ei kannata suolata ja pippuroida paljon, luomutuotanto on parhaimmillaan sinällään + yrtit. Hyvää ruokahalua!

Ainekset

Lampaan tai karitsan maksaa

Öljyä

Voita

Mustapippuria

Yrttisuolaa/ suolaa

Kuvassa annos, jonka söimme tänään:

maksaa, puolukkahilloa, lanttulaatikkoa ja kantarellimuhennosta, meni gourmet- puolelle!