

Lambalihatooidud

REPRO

Sügiskuud toovad lauale tavapärasest enam lambaliha.

Lambaliha koos aedviljadega maitseb hästi, seejuures ei ole tarvis suurt ja kulukat praetükki. Väiksemgi kogus peeneks tükeldatud kondist liha annab supis ja hautises suurepärase tulemuse.

Supp nuudlitega

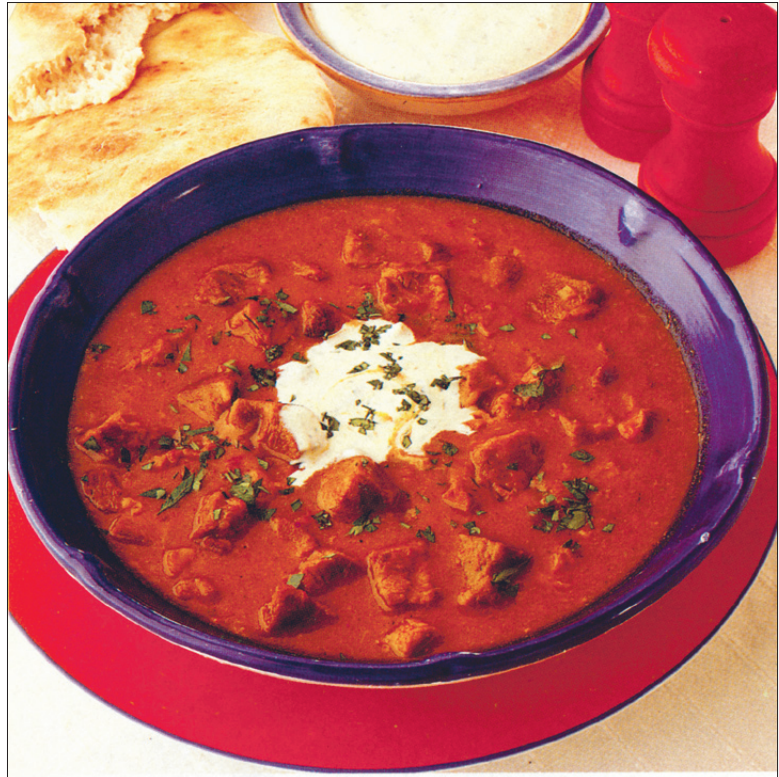
- 800 g väherasvast lambaliha
- 1 kg tükeldatud veisekonte
- 2 ½–3 l vett
- 1 porgand
- 2–3 sibulat
- 1 väike nuikapsas
- 1 petersellijuur
- tükike sellerit
- 100 g searasva
- 1 sl jahvatatud paprikat
- 2–3 küüslauguküünt
- ca 150 g rasvast suitsusinki
- 200 g seeni
- hakitud petersellilehti
- purustatud musta pipart
- 200 g punast lauaveini
- soola
- keedetud lint- või niitnuudleid

Keetke kontidest ja maitseköögiviljadest puljong, aga kaks sibulat jätke alles. Need hakkige peeneks ja kuumatage rasvas kuldpruuniks, võtke keedunõu tulelt, lisage paprikapulber, segage hoolikalt läbi ning pange sellele peeneks tükeldatud lambaliha. Seejärel segage veel sibulad ja lihatükid korralikult läbi, siis maitsestage soola ja purustatud või peeneks hakitud küüslauguga. Maitsestatud lambaliha praadige pidevalt segades, kuni vedelik on täielikult ära auranud.

Edasi hautage pehmeks veinis, seda natukehaaval juurde kallates. Samal ajal kui liha haudub, lõigake sink kuubikuteks ja praadige, kuni rasv eraldub. Rasvakõrned tõstke lambalihale, tükeldatud seened praadige pannile jäänud rasvas ning maitsestage roheline peterselli ja pipraga. Lisage seened lihale. Kui liha on pehme, lisage puljong ja keetke 10 minutit, siis kallake juurde ülejäänud vein. Serveerimiseks kasutage väikesi kausikesi, mille põhja tõstke eraldi keedetud kuumi nuudleid ja peale supp.

Lihne kapsasupp lambalihaga

- 1 kg kondist lambaliha
- 1 ½–2 l vett
- 1 sibul
- 4–5 porgandit
- 800 g kapsast
- soola
- musta pipart
- hakitud maitserohelist



Pange pestud liha keedunõusse, pruunistage kergelt ümberringi, valage vesi peale ja keetke poolpehmeks.

Siis lisage peenestatud sibul, porgand ja kapsas. Maitsestage soola ja pipraga.

Kui liha on pehmeks keenud, võtke see supist välja, tükeldage ning jaotage serveerimisel taldrikutesse, millele tõstke supp. Peale puistake maitserohelist.

Kapsasupp õunttega

- 500–700 g lamba- või noorloomaliha
- 2 l vett
- 3 sibulat
- 1 porgand
- 2–3 lõiku sellerit
- 1 pastinaak
- 500–700 g värsket peakapsast
- 6–8 õuna
- 200 g hapukoort
- soola
- 1–2 loorberilehte
- musta pipart
- hakitud tilli

Kondiga liha keetke koos supijuurtega pehmeks. Võtke liha välja ja kurnake leem, millesse lisage peenestatud kapsas ja sibul ning ajage keema.

Natuke hiljem pange juurde kuubikuteks lõigatud õunad.

Maitsetage supp loorberi, tilli, soola ja pipraga. Kui õunad on läbi keenud, lisage kondilt eemaldatud ja kuubikuteks lõigatud liha ning laske korra veel keema tõusta. Hapukoort lisage enne serveerimist.

Paprikasupp lambalihaga

- 400 g lambaliha
- 1 l vett
- 4 punast paprikat
- 2 sibulat
- 3 kartulit
- 1 porru
- 2 tomatit
- ½ kl riisi
- hakitud peterselli või koriandrit

Pruunistage õhukesteks ribadeks lõigatud liha, riis keetke eraldi poolpehmeks. Keedunõu põhjale valage õli, hautage selles ratasteks lõigatud sibulad ja riis. Lisage liharibad, kuubikuteks lõigatud kartulid, paprikad, viilutatud porru ja tükeldatud tomatid. Maitsestage soola ja pipraga. Keetke tasasel tulel kaane all 30–40 minutit. Serveerimisel lisage maitserohelist. Supi võite keeta ka loomaliha.

Guljašš aedubadega

- 200 g loomalihalõike
- 200 g lambaliha
- 200 g peekonit
- 4 suuremat sibulat
- 3 sl õli
- 500 g rohelisti ube
- ½ sl jahu
- soola
- pipart
- hakitud petersellilehti

Lõigake kõik lihatükid väikesteks 2cm kuubikuteks ja pruunistage õlis, lisage peeneks hakitud sibulad, vähendage kuumust ja vältige segades sibula kõrbemist. Siis vala-