

Буженина - как приготовить по-настоящему сочное мясо



Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/buzhenina-kak-prigotovit-po-nastoyashemu-sochnoe-myaso/>

Чтобы приготовить хорошую буженину, нужно знать некоторые секреты, благодаря которым мясо получается действительно сочным и ароматным. Мы расскажем об этих секретах и надеемся, что наши советы помогут справиться с этой не совсем простой задачей даже начинающим кулинарам.

Традиционно буженина готовится из свинины, реже из баранины или медвежатины. Современные хозяйки готовят ее и из говядины, и даже из курицы. Выбор мяса один из самых ответственных этапов приготовления будущего блюда. Кусок мяса должен быть цельным, оптимальный вес от 1 до 2-3 кг. Для буженины идеально подходит мясо без костей и прожилок с небольшим количеством жирка, который будет одним из факторов сочности блюда. Таким образом, подойдет задняя часть, окорок или ошеек с жирком. Считается, что лучше всего буженина получается из шеи, которая имеет неоднородную структуру и

прослойки жира. Лучше, если мясо будет незамороженным, но и не парным.

Этапы приготовления буженины:

Промывание мяса водой и обсушивание;

Подготовка мяса вымачивание, маринование, шприцевание, шпигование или натирание специями;

Подготовка к запеканию мясо выкладывается на противень или в посуду, оборачивается фольгой или кладется в пакет для запекания;

Непосредственно выпекание.

Поговорим о каждом из этапов по отдельности.

Подготовка мяса

Вариантов подготовки мяса перед его «превращением» в буженину существует очень много: маринование, вымачивание, шприцевание, шпигование и просто натирание специями и приправами. Мариновать мясо можно в маринадах для шашлыка, все зависит от ваших предпочтений. При вымачивании готовится рассол: 65 г соли на 1 л воды, и в этот рассол мясо полностью опускается. Затем добавляется охлажденный душистый рассол из 500 мл воды, вскипяченной с черным и душистым перцем, пряными травами по вкусу и лавровым листом. Вымачивать мясо по традиционной технологии нужно не менее 5 суток при температуре не более +8 градусов.

Важный нюанс после вымачивания мясо должно стать на 30% тяжелее, если оно недостаточно тяжелое, нужно набрать в шприц рассол, в котором вымачивалось мясо и прошприцевать (если вы не хотите тратить столько дней на вымачивание, это можно сделать сразу, однако какое-то время мясо все равно должно помариноваться).

Наука шпигования не сложна, просто сделайте в мясе надрезы острым тонким ножом (не слишком частые и не слишком редкие) и вставьте в них нарезанный брусочками чеснок, морковь, лавровый лист, также в эти надрезы можно насыпать немного перца и соли.

Натереть мясо можно массой приправ, главное чтобы оно было покрыто ими равномерно и полностью.

Подготовка к запеканию

Традиционно буженина запекается без фольги, но сегодня считается, что именно фольга позволяет сохранить сочность, причем, чем больше ее слоев тем лучше (обычно 2-4 слоя). Выкладывается мясо на матовую сторону фольги, а зеркальная сторона обязательно должна быть сверху.

Еще одно современное средство — рукав для запекания, в котором мясо всегда получается сочным, т.к. сок остается внутри рукава. Чтобы рукав не лопнул, с каждой стороны его должно остаться свободным минимум по 20 см.

Наши предки запекали буженину на противне или в сковороде. Если мясо ничем не оборачивается, то в посуду для запекания лучше подлить воду (1-1,5 см) и периодически поливать кусок мяса жидкостью. Также воду можно подливать и в том случае, если мясо готовится в фольге, от этого будет только лучше.

Запекание

Время запекания буженины зависит от многих факторов: сорта мяса, возраста особи, характеристик духовки, размера кусочка и т.д. Обычно это не менее 1,5 и не более 4 часов. Температура запекания 160-200 градусов. Если мясо готовят в фольге, ее нужно снять незадолго до полной готовности, чтобы кусочек мяса подрумянился.

Готовность буженины проверяется так: проткните мясо если выделяется бледно-розовый или светло-серый бульон, оно готово, при красноватом следует еще выдержать мясо в духовке.

Секреты приготовления буженины

Если мясо запекается без фольги или рукава, положите его более жирным местом вверх.

При выкипании воды из противня или сковороды следует подливать новую.

Чтобы мясо на сковороде или противне не подгорело, уложить его можно на деревянные палочки так, чтобы оно не соприкасалось с посудой.

После запекания буженину следует выдержать в фольге (если она в ней запекалась) еще 10 мин так мясо окончательно дойдет. Т.е. сначала мясо запекается в фольге, потом она снимается, оно зарумянивается, проверяется готовность, если готово мясо снова оборачивается фольгой и выдерживается.

Ставить мясо нужно обязательно в хорошо разогретую духовку, иначе оно может получиться сухим.

Перед запеканием во избежание вытекания сока мясные волокна можно «запечатать», обжарив кусок со всех сторон на сковороде.