

Wieprzowina i pomidory

Pomidory gruntowe to skarby późnego lata. Trzeba się nimi cieszyć, póki są jeszcze na krzakach. Biją na głowę te, które dojrzewają w szklarniach. Silny smak świeżych pomidorów i ziół w połączeniu z mięsem, to coś, co zachwyci każdego.

Pomidory pochodzą z Ameryki Południowej, a konkretnie z Peru, gdzie do dziś można spotkać dzikie odmiany tej rośliny. Jako pierwsi pomidory hodowali Aztekowie. Jedzono je wtedy z papryką, kukurydzą i solą. Z tego połączenia wywodzi się dzisiejszy meksykański sos salsa. Nie do końca jasne jest, kto przyniósł pomidory do Europy – jedni twierdzą, iż był to Cortez, czyli hiszpański zdobywca Meksyku. Inni podają, że Krzysztof Kolumb. Z całą pewnością możemy stwierdzić, że pierwszy opisał je włoski botanik – Pietro Andrea Mattioli, który nadał im nazwę "pomodoro" – złote jabłka. Pomidory w pełni docenione zostały w XIX wieku, wtedy zaczęto ich używać do zup i sosów. W Prowansji istnieje nawet powiedzenie: „Pomidor w sosie czyni, że mięso jest dobre”.

Gulasz wieprzowy z pomidorami i ogórkami

Składniki: 70 dag karkówki bez kości, 2 duże cebule, 60 dag dojrzałych pomidorów, 2 ząbki czosnku, ½ szklanki bulionu mięsnego, mały pęczek świeżej bazylii, 20 dag ogórków kiszonych lub konserwowych, sól, cukier, świeżo mielony pieprz, słodka sproszkowana papryka, oliwa z oliwek do smażenia

- Umyte i osuszone mięso kroimy w dużą kostkę (o boku 3 cm), oprószamy solą i pieprzem. Obrane cebule kroimy w piórka. Mięso podsmażamy na rozgrzanej oliwie z oliwek, gdy się zrumieni, dodajemy cebulę i smażymy jeszcze kilka minut.
- Umyte pomidory wkładamy na chwilę do wrzątku, wyjmujemy, przelewamy zimną wodą i zdejmujemy skórkę. Kroimy na pół, tyżeczką usuwamy pestki. Miąższ kroimy w kostkę, mieszamy z posiekanymi ząbkami czosnku i tyżką oliwy z oliwek. Podsmażamy na niewielkim ogniu i dusimy, aż pomidory rozpadną się i powstanie gęsty sos. Doprawiamy do smaku solą, pieprzem, papryką i odrobiną cukru.



- Mięso z cebulą zalewamy sosem z pomidorów, wlewamy bulion i dusimy pod przykryciem. Pod koniec duszenia do gulaszu dodajemy pokrojone w paseczki ogórki oraz posiekane liście świeżej bazylii.
- Podajemy z ugotowaną na sypko kaszą lub ryżem, albo kluskami półfrancuskimi.

Żeberka zapiekane z pomidorami

Składniki: ok. 1 kg żeberek, 3 średnie cebule, mała papryczka chili, 60 dag dojrzałych pomidorów, 3 ząbki czosnku, ½ szklanki czerwonego wina, ¾ szklanki bulionu mięsnego, sól, świeżo mielony pieprz, bazylii, oregano, tymianek, oliwa z oliwek do smażenia

- Umyte, osuszone żeberka porcjujemy, oprószamy solą i pieprzem. Obrane cebule kroimy w kostkę, papryczkę i czosnek drobno siekamy. Na patelni rozgrzewamy oliwę z oliwek, obsmażamy mięso z obu stron na rumiano, dodajemy cebulę i papryczkę chili, powoli smażymy przez 10 minut. Zawartość patelni przekładamy do naczynia żaroodpornego.
- Umyte pomidory wkładamy na chwilę do wrzątku, wyjmujemy, przelewamy zimną wodą

- i zdejmujemy skórkę. Kroimy na pół, tyżeczką usuwamy pestki. Miąższ kroimy w kostkę, mieszamy z posiekanymi ząbkami czosnku i tyżką oliwy z oliwek. Podsmażamy na niewielkim ogniu i dusimy, aż pomidory rozpadną się. Doprawiamy do smaku solą, pieprzem oraz ziołami. Dodajemy bulion i wino, mieszamy.
 - Mięso zalewamy powstałym sosem, naczynie przykrywamy i zapiekamy przez około 60 minut w piekarniku nagrzanym do temperatury 170°C. Na 10 minut przed końcem zapiekania naczynie odkrywamy, aby sos trochę odparował.
- Podajemy z ziemniakami w mundurkach oraz surowką z pora i białej kapusty.

*Romana Chojnacka
Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu*