



## Retete Culinare Romanesti | bucatarasulmaxi.ro: Friptură de Miel la Cuptor cu Usturoi și Vin - Rețetă

Fel principal Mediu 110 min 4 portii Chef: Lucian

Friptura de miel la cuptor cu usturoi și vin este o rețetă tradițională, perfectă pentru mesele festive și sărbătorile în familie. Carnea se marinează cu usturoi și ierburi aromatice, apoi se gătește lent la cuptor pentru a deveni fragedă și succulentă. Vinul alb completează preparatul cu o aromă delicată, iar rezultatul este o friptură rumenă și plină de savoare.

### Ingrediente

**1,5 kg** Pulpă de miel

**6 căței** Usturoi

**100 ml** Vin alb sec

**2 linguri** Ulei

**1 linguriță** Cimbru uscat

**1 linguriță** Rozmarin uscat

**1/2 linguriță** Piper

**1 linguriță** Sare

### Mod de preparare

1. Spală și curăță pulpa de miel, apoi șterge-o cu prosoape de hârtie.
2. Fă mici incizii în carne și introdu în ele felii de usturoi.
3. Unge carnea cu ulei și condimentează-o cu sare, piper, cimbru și rozmarin.
4. Așază pulpa într-o tavă și toarnă vinul alb în tavă, lângă carne.
5. Acoperă tava cu folie de aluminiu.
6. Coace la 180°C timp de aproximativ 70 de minute.
7. Îndepărtează folia și stropește carnea cu sosul din tavă.
8. Mai las-o la cuptor încă 20 de minute, până capătă o crustă frumos rumenită.
9. Scoate friptura și las-o să se odihnească 10 minute înainte de porționare.
10. Servește alături de cartofi copti, legume la cuptor sau salată.