

Fratem muntanella

800 g charn muntanella cun ossa

Marinada:

7,5 dl vin cotschen
150g sellerin, carottas, por, taglià en quadrels
2 schalottas
1 figl d'arbaja
1 con d'agl
6 tocs ginaivra
1 frastga rosmarin
1 frastga timian
½ tschadun paiver entir
125 ml aschieu da balsamico

Sal e paiver
2 tschaduns farina
ieli per brassar
200 ml sosa da charn da selvaschina
1 oranscha, suc
2 tschaduns gin

Impurtant: tut il grass sto esser allontanà da la charn. Era las glondas da grass ston vegnir allontanadas. Quellas sa chattan sut la foppa dal bratsch e l'autezza dal tgil.

La charn èsi da tagliar en tocca. Maschadar tut las ingredienzas per la marinada e metter la charn lien. Laschar la charn en la marinada per 6 fin 8 dis.

Derscher ora la marinada e cuschinar si quella, prender davent la stgima e laschar cular tras in sdratsch ella.

Sientar la charn cun palpieri da tegnair chasa. Cundir cun sal e paiver e springir la farina sur la charn. Brassar la charn ensemen cun las verduras e las ervas en l'ieli.

Metter tut en ina chazzetta da pargialar e puspè metter londervi la marinada. Metter si il viertgel e metter en il furn tar 160°C enfin che la charn è cotga.

Prender ora la charn ord la sosa. Agiuntar a la sosa la sosa da charn da selvaschina e far coier enfin che la sosa ha la consistenza giavischada. Cundir la sosa cun il suc d'oranschas ed il gin. Tut tenor anc ina giada cular la sosa. Metter la charn lien ed anc ina giada far buglir.