

רכיבים:

3-2 ק"ג אנטריקוט או סינטה

½ כוס שמן זית

רוזמרין

טימין

ראש שום

כף גרגירי חרדל

כף פלפל שחור גרוס

כף מלח גס

ירקות שורש (גזר, סלרי, תפוז"א בטטה..וכד')

אופן ההכנה:

1. מערבבים את שמן הזית, עשבי התיבול, והתבלינים בקערה גדולה, טובלים את נחת הבשר בתערובת ומעסים אותו היטב עם כל התערובת.
2. מוציאים את הנתח ומכניסים לתערובת שנותרה את ירקות השורש ומערבבים היטב.
3. מניחים את נתח הבשר העטוף בתערובת במרכז תבנית משומנת ומסביבו מפזרים יפה את ירקות השורש.
4. מחממים את התנור בחום של כ- 220 מעלות במשך 20 דקות ורק לאחר מכן מכניסים את התבנית לתנור המחומם.
5. משחימים את הנתח בין 15 דקות ל- 20 דקות בחום של 220 מעלות ולאחר מכן מנמיכים את החום ל- 160 מעלות ומשאירים את התבנית עוד 50 דקות בתנור. במידה ואתם מעוניינים בנתח עשוי "מבושל היטב" יש לעטוף את נתח הבשר והירקות בנייר כסף ולהכניס לתנור שחומם מראש