





Duszenie mięsa

Duszeniem mięsa nazywamy gotowanie pod przykryciem w małej ilości płynu z dodatkiem tłuszczu. Zasadniczo duszenie składa się ze smażenia i gotowania; mięso przeznaczone do duszenia prószy się mąką, obsmaża na rozgrzanym tłuszczu do utworzenia zrumienionej skórki, a następnie wraz z pozostałym po smażeniu tłuszczem przekłada do rondla, podlewa niedużą ilością wywaru lub wody, nakrywa i dusi powoli. W czasie duszenia należy mięso obracać lub też potrząsać rondlem, aby się nie przypaliło.

Wyparowujący płyn należy uzupełnić. Gdy mięso jest uduszone, sos należy przecedzić i podprawić, względnie podać mięso w sosie powstałym w czasie duszenia. Do duszenia nadaje się mięso gorszego gatunku, przerośnięte ścięgnami, a także mięso ze zwierząt starszych. Proces duszenia, który jest długotrwały, powoduje zmiękczenie tkanki mięsnej, a przy tym para wytwarzająca się w czasie duszenia zatrzymuje się dłużej czas pod pokrywką, przenika tkanki produktu i zmiękcza je. Mięso należy dusić tak długo, dopóki nie zmięknie; wówczas natęży przerwać duszenie. Zbyt długie duszenie powoduje rozgotowywanie się mięsa, wytapianie się tłuszczu oraz przechodzenie soków mięsnych do sosu, tym samym zwiększa się ubytek mięsa, a wygląd potrawy staje się nieestetyczny. Prawidłowo duszone mięso powinno zachować swój kształt, sos zaś utworzony w czasie duszenia powinien być zawieszisty na skutek wygotowywania do sosu rozklejonych błon. Mięso dusi się w dużych (około 2 kg) kawałkach i wówczas otrzymuje się tzw. pieczeń duszoną, w kawałkach porcjowych, jak zrazy bite, w małych kawałkach, jak gulasz i paprykarz większych, jak ragout; dusić można także wyroby masy mięsnej mielonej. W tym ostatnim przypadku duszenie musi trwać krótko.

Mięso można dusić w garnku ciśnieniowym zwanym szybkowarem. Zastosowanie szybkowaru skraca czas duszenia do 1/3, co jest bardzo ważne w wypadku mięsa gorszego gatunku, ze starszych zwierząt, a więc twardego łykowatego, które w zwykłym naczyniu wymagałoby długiego ogrzewania.

Mięso duszone można przyrządzać w różnych sosach, a mianowicie :

- 1) naturalnym (mięso prószy się solą i mąką, osmaża na gorącym tłuszczu i zalewa niedużą ilością wody),
- 2) śmietanowym
- 3) zasmażanym

Przy duszeniu potraw należy używać następujących narzędzi:

- 4) do osmażania: patelnia z czarnej, grubej blachy, łopatką druciane
- widelec do obracania,
- 5) do duszenia: rondel z pokrywą, wielkością dostosowany do ilość
- mięsa; łyżka do mieszania sosu,

6)szybkowar

