



רכיבים

- 1/2 2/1 קילוגרם נתח סינטה
- כוס יין אדום (להשריה)
- שיני שום (להשריה)
- לפי הטעם פלפל אדום שחור, ירוק, אדום, סצ? יואן (להשריה)
- לפי הטעם פלפל שחור (להשריה)
- לפי הטעם חרדל (להשריה)
- עלים מרווה קרועים (להשריה)
- גבעול רוזמרין (להשריה)
- גבעול תימין (להשריה)
- כפית קורנפלור מומס במעט מים (להשריה)
- תפוח אדמה קלופים וחתוכים לקוביות גדולות
- גזר קלופים וחתוכים לרצועות עבות
- קישוא חתוכים לרצועות עבות
- בצל חתוכים לרבעים
- כפית תימין יבש
- לפי הטעם פלפל שחור
- כפות חומץ בלסמי
- כפית קורנפלור
- שיני שום
- לפי הטעם מלח

הכנה

1. חורצים כמה חריצים בגוש בשר הסינטה בעומק 2 סנטימטר
2. מקלפים את השום וחותכים אותו לחתיכות גדולות
3. מכניסים את חתיכות השום לתוך החריצים בבשר
4. מפזרים על הבשר את עלי הטימין, חרדל הדיז'ון והפלפל הגרוס, ומעסים אותו היטב מכל צדדיו
5. יוצקים לתוך כלי את כל חומרי המרינדה, מניחים את נתח הסינטה ומכסים ברדיד אלומיניום
6. מניחים את הכלי והבשר במקרר למשך הלילה. מפעם לפעם הופכים את הנתח מצד לצד
7. למחרת, מוציאים את נתח הסינטה מהכלי
8. מחממים סיר עם מים רותחים, ומכניסים לתוכו את הגזר ואת תפוחי האדמה למשך 20 דקות
9. מסננים את הירקות מהמים, ונותנים לירקות להתקרר
10. משרים את הירקות למשך חצי שעה ברוטב הבלסמי
11. מניחים את גוש הבשר על גבי רשת שהונחה על תבנית אפיה, כאשר החריצים עם השום כלפי מעלה
12. בוזקים על הירקות מעט מלח, פלפל וטימין, ומפזרים אותם על הרשת לצידו הבשר
13. מחממים תנור אפיה לטמפרטורה של 250 מעלות למשך חצי שעה
14. מניחים תבנית עם נייר אפיה ומוזגים כוס מים בתחתית התנור
15. מכניסים את הסינטה למרכז התנור וצולים 20 דקות
16. מנמיכים את החום ל-170 מעלות וצולים עשר דקות נוספות
17. מכבים את התנור ומשאירים את הנתח חמש דקות נוספות בתנור מכובה
18. מוציאים את הנתח מהתנור, מכסים ברדיד אלומיניום ונותנים לו

לנוח עשרים דקות לפני שפורסים

19. מזליפים שמן זית, ממליחים ומפלפלים.

20. את נוזלי המרינאדה יוצקים לסיר קטן, ומוסיפים להם את נוזלי הבשר והירק שהצטברו, ומתחילים לצמצם, על להבה נמוכה.

21. מוסיפים כפית קורנפלור מעורבבת עם מעט מים לסיר ומערבבים היטב עד לקבלת רוטב סמיך

22. כשהנוזלים מצטמצמים לחצי, מסננים את הרוטב במסננת דקה ומגישים עם הרוסטביף והירקות

60 דקות 

6 servings 6 