



Arista mit Orange

Categoria: Hauptgänge **Tempo di preparazione:** 20 minuten **Difficoltà:** molto facile



Ingredienti per 4 personen

- Arista 1 kg
- Orangensaft 450 g
- Orangenschalen 10 g
- Natives Olivenöl extra 50 g
- Butter 50 g
- Trockener Weißwein 50 g
- Lorbeerblätter 2 Blätter
- Rosmarin 2 Zweige
- Thymian 1 Teelöffel
- Schwarze Pfefferkörner 10 g
- Feinsalz zum Abschmecken

Marinade zubereiten: Rosmarin, Thymian, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und 2 Esslöffel Öl aus der Gesamtmenge in eine Schüssel geben, dann die geraspelte Schale der Orangen und die Hälfte des ausgepressten Saftes dazugeben.

Das Fleisch in die Schüssel geben, dann mit Folie abdecken und mindestens 3 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen. Alle 30 Minuten das Fleisch in der Schüssel wenden, damit es von allen Seiten mit der Marinade in Berührung kommt.



Nach dieser Zeit das Fleisch aus der Marinade nehmen und die Flüssigkeit beiseite stellen. Wenn nötig, die Arista mit Schnur zusammenbinden, um ihr eine gleichmäßige Form zu geben. Die Butter mit dem restlichen Öl in einer großen Pfanne auf kleiner Flamme schmelzen, das Fleisch hinzufügen, die Hitze erhöhen und das Fleisch von allen Seiten ca. 10 Minuten lang anbraten lassen.

Nach dem Anbraten von allen Seiten mit Weißwein ablöschen und diesen vollständig verdampfen lassen, dann den restlichen Orangensaft und die beiseite gestellte Marinade angießen.

Mit dem Deckel abdecken und 3 Stunden bei mittlerer Hitze garen, dabei das Fleisch gelegentlich wenden und mit dem Bratensaft begießen. Am Ende der Garzeit Salz nach Geschmack dazugeben. Vor dem Servieren die Orangenarista in Scheiben schneiden und mit dem Bratensaft beträufeln.

