

## Langyos tökfőzelék roston libamájjal

2	25	4
Nehézség	Perc	fő

### Allergének:



### Hozzávalók

#### tökfőzelék

- 80 g vöröshagyma
- 600 g spárgatök
- 50 g teavaj
- 50 g liszt
- 150 ml tejföl
- 200 ml tejszín
- 200 ml zöldség alaplé
- 1 ág friss kapor
- 20 g mustár
- só
- őrölt fekete bors
- cukor
- ecet

#### libamáj

- 320 g hízott libamáj
- 10 ml étolaj
- őrölt fekete bors
- só pehely



1. A felolvasztott vajon a finomra vágott vöröshagymát üvegesre pároljuk, hozzáadjuk a zsülienre vágott tököt. Ízesítés után tovább pároljuk, ha szükséges alaplével pótoljuk az elpárolgott folyadékot. Ne főzzük sokáig! Maradjon roppanós.
  2. Tejfölös habarással sűrítjük, tejszínnel dúsítjuk, ha szükséges után ízesítjük. Megszórjuk a finomra vágott kaporral, vajdarabkával.
  3. A libamájat szeleteljük (Kb. 80g/szelet). Tapadásmentes serpenyőt közepes hőmérsékletre melegítjük, kevés zsiradékon körbesütjük a májat, mindkét oldalát 1-1 perc alatt (kéregképzés).
  4. Megszórjuk a sópehellyel, a borssal és sütőben 180°C-on készre sütjük 2-4 perc alatt, a máj vastagságától függően. A libamájat javasolt csak tálalás előtt elkészíteni!
- T. Liszt helyet étkezési keményítőt is használunk, akkor gluténmentes lesz.

