

Doradca Smaku, odc. 42: Kolorowe szaszłyki z polędwiczki wieprzowej



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

polędwica wieprzowa	300 g
boczek wędzony	100 g
pomidor	1 szt.
papryka czerwona	1 szt.
cebula	1 szt.
oliwa	
Przyprawa curry orientalna Prymat	
tymianek	
chrzan tarty	
Musztarda delikatesowa Prymat	
Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat	
Pieprz czarny mielony Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1** Pokrojoną w równe kawałeczki polędwicę wieprzową układamy w naczyniu żaroodpornym i posypujemy solą, pieprzem, curry i tymiankiem. Następnie polewamy oliwą z oliwek i mieszamy obtaczając kawałki mięsa w przyprawach.

- KROK 2 Cebulę kroimy w ćwiartki i rozdzielamy na warstwy. Paprykę kroimy w średniej wielkości kwadraty, a pomidora w ćwiartki. Na patelni podgrzewamy odrobinę oliwy z oliwek i podsmażamy paprykę. Do papryki dorzucamy cebulę i smażymy z obu stron 3-4 minuty. Całość przyprawiamy solą, pieprzem i tymiankiem. Po chwili smażenia przekładamy warzywa do miseczki.
- KROK 3 Boczek kroimy w dość grube i długie kostki. Na szaszłyka nabijamy boczek, cebulę, paprykę, pomidora i mięso według wybranej przez siebie kolejności. Pamiętajmy że na końcach powinny się znajdować kawałki boczku lub mięsa by szaszłyk się nie rozpadał.
- KROK 4 Tak przygotowane szaszłyki obsmażamy najpierw na rozgrzanej patelni (bez dodatku tłuszczu) z każdej strony przez kilka minut.
- KROK 5 Następnie szaszłyki wyłożone w naczyniu żaroodpornym wstawiamy do piekarnika rozgrzanego do temperatury ok. 160 - 180 stopni na ok. 5-6 minut. Po tym czasie wyjmujemy naczynie, by odwrócić szaszłyki na drugą stronę. Znowu pieczemy ok. 3 minuty.
- KROK 6 Szaszłyki układamy na talerze i podajemy razem z musztardą i chrzanem. Bon appetit!