

Doradca Smaku XIII: Połędwica wieprzowa z sosem z tuńczyka, odc. 33



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Mięso:

połędwica wieprzowa 400 gramów

Marynata:

oliwa 4 łyżki

Musztarda rosyjska Prymat 3 łyżki

sos sojowy 2 łyżki

Przyprawa do wieprzowiny klasyczna Prymat 1/2 opakowanie

Sos:

tuńczyk kawałki w oleju 1 puszka

anchois 6 sztuk

majonez 2 łyżki

Pieprz ognisty mielony Prymat do smaku

Sałatka:

kapary całe Smak 1 łyżka

rukola 1 garść

papryka marynowana Smak 2 plastry

oliwa 1 łyżka

dynia marynowana 3 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do miski wlewamy sos sojowy, dodajemy musztardę, olej. Doprawiamy przyprawą do wieprzowiny. Mieszamy. Obtaczamy mięso w marynacie. Na rozgrzanej patelni krótko obsmażamy z każdej strony. Blachę wykładamy papierem do pieczenia i nakładamy mięso. Pieczemy 25 - 30 minut w piekarniku nagrzanym do 180 stopni. Do miski wrzucamy tuńczyka, majonez, siekamy anchois i dodajemy. Doprawiamy ognistym pieprzem. Mieszamy. Blendujemy na gładką masę. Następnie zabieramy się za sałatkę. Rukolę rwiemy i dodajemy do miski. Dodajemy marynowaną dynię, paprykę siekamy i dodajemy. Polewamy oliwą. Mieszamy. Wyjmujemy mięso z piekarnika, odkrawamy końce. Czekamy aż ostygnie, żeby sos nam się nie rozpląnął na wieprzowinie. Później kroimy w plasterki.

Sposób podania:

Na talerzu rozsmarowujemy sos z tuńczyka, układamy na nim mięso w ring. Na środek nakładamy sałatkę. Posypujemy czarnuszką.