

## Mistrz Smaku poleca: Duszona karkówka z cebulą i papryką, odc. 7



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

#### Składniki

|                              |                        |
|------------------------------|------------------------|
| <b>karkówka wieprzowa</b>    | 150 g x4               |
| <b>koncentrat pomidorowy</b> | 2 łyżki                |
| <b>ketchup</b>               | 1 łyżka                |
| <b>miód</b>                  | 1 łyżka                |
| <b>rosół z kury</b>          | 1/2 l                  |
| <b>papryka czerwona</b>      | 1 sztuka               |
| <b>ząbki czosnku</b>         | 3 (kroimy w plasterki) |
| <b>cebule</b>                | 3 sztuki               |
| <b>olej rzepakowy</b>        | do smażenia            |
| <b>ogórki kwaszone Smak</b>  | 1 słoik                |
| <b>natka pietruszki</b>      | kilka listków          |

#### Marynata

|   |              |
|---|--------------|
| <b>Przyprawa do karkówki klasyczna Prymat</b> | 1 opakowanie |
| <b>Musztarda delikatesowa Prymat</b>          | 2 łyżki      |
| <b>olej rzepakowy</b>                         | 1/2 szklanki |
| <b>sos sojowy</b>                             | 2 łyżki      |

#### Do smaku

|   |          |
|---|----------|
| <b>Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat</b> | szczypta |
|---|----------|

**Papryka wędzona słodka mielona Prymat**

szczypta

**Pieprz czarny Prymat w młynku**

szczypta

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Karkówkę pokrojoną w plastry rozbijamy delikatnie tłuczkiem i odkładamy na talerz. W misce łączymy wszystkie składniki marynaty. Karkówkę dokładnie marynujemy i obsmażamy z obu stron na patelni. Po usmażeniu przekładamy na talerz.

Przygotowujemy sos. Do miski po marynacie dodajemy ketchup, koncentrat pomidorowy, miód i 1 łyżkę wędzonej papryki. Wlewamy rosół z kury i dokładnie mieszamy.

Paprykę kroimy w paseczki, czosnek w plasterki, a cebulę w kostkę. Na patelnię z tłuszczem po mięsie przekładamy cebulę, paprykę i czosnek. Smażmy do miękkości.

Do naczynia żaroodpornego przekładamy na przemian mięso wraz z warzywami. Zalewamy sosem i wstawiamy do rozgrzanego do 180°C piekarnika na 1,5-2 godziny. Przed końcem pieczenia sprawdzamy czy mięso jest miękkie.

Mięso wyjmujemy z piekarnika i układamy na talerzu wraz z warzywami. Podajemy z ogórkami kiszonymi i dekorujemy listkami natki pietruszki.