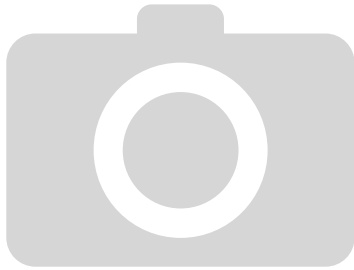


Polędwiczki wieprzowe ze szpinakowym makaronem w sosie musztardowo-miodowym.

PAULINA86



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

polędwica wieprzowa	350 gram
makaron tagliatelle szpinakowy	140 gram
cebula czerwona	1
oliwa	200 ml
Musztarda sarepska Prymat	3 łyżka
miód płynny	3 łyżka
majeranek	1 łyżeczka
pieprz świeżo mielony	do smaku
czosnek	3 ząbki
oregano	1 łyżeczka
przyprawa uniwersalna Kucharek	1 łyżeczka
karmel	2 łyżeczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso kroimy w centymetrowej grubości plastry, delikatnie rozbijamy tłuczkiem.

Przygotowujemy marynatę, do miski wlewamy 150 g. oliwy z oliwek, po czym dodajemy czosnek, bazylię, oregano i odrobinę vegety.

Zanurzamy mięso w marynacie i dokładnie mieszamy, następnie wstawiamy do lodówki na ok. 40 min. W międzyczasie zaczynamy robić sos musztardowo-miodowy.

Do miseczki wlewamy 3 łyżki oliwy, 3 łyżki musztardy, 3 łyżki miodu przyprawiamy świeżo mielonym pieprzem, majerankiem i odrobiną ostrej papryki w proszku.

Smażymy mięso na złoty kolor jednocześnie gotujemy makaron. Na drugiej patelni podsmażamy czerwoną cebulę pokrojoną w piórka, kiedy cebula będzie miękka dodajemy do niej odrobinę karmelu.

Po usmażeniu na mięso wlewamy sos musztardowo-miodowy delikatnie mieszamy.

Na talerz kładziemy makaron, polędwiczki, oblewamy sosem z patelni. Na koniec zdobimy skarmelizowaną cebulą. Smacznego!