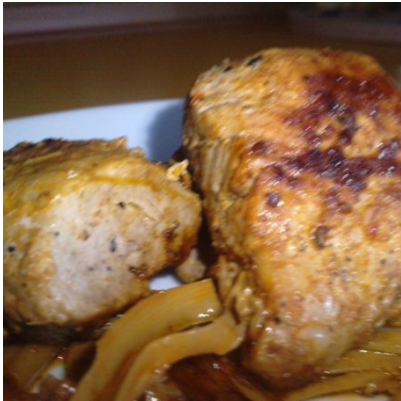


Połędwiczka wieprzowa z cytrynową nutką



AGNIESZKA_B



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

trawy cytrynowej 7 szt.

połędwiczki wieprzowe 1 szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Połędwiczkę umyć, osuszyć i pokroić na trzy części. Trawę cytrynową należy rozgnieść i przełożyć rozdrobniona do szklanego naczynia. Dodać kilka kropel sosu tabasco, świeżo zmielony kolorowy pieprz, sól, paprykę słodką i oliwę z oliwek. Dokładnie wymieszać i dodać kawałki połędwiczki. Przykryć folią do żywności i odstawić na 24 godziny do lodówki. następnego dnia całość przełożyć na patelnię, przykryć i dusić do miękkości.