

Kotlety na macho



PAWEL007



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kotlet wieprzowy bez kości	8 szt
olej	4 łyżki
Musztarda sarepska Prymat	3 łyżki
ziarna słonecznika	10 dkg
sól, pieprz	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziarna słonecznika zmielić w młynku, wymieszać z musztardą, solą, papryką i pieprzem. Kotlety zbić tłuczkiem, nasmarować olejem, a następnie sosem musztardowym. Piec na gilu z każdej strony, dopóki kotlety nie przestaną być różowe w środku.