Przepis dnia, odc. 39. Zapiekana polędwica wieprzowa w kruszonce

DORADCA SMAKU

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

polędwica wieprzowa	2 szt. (oczyszczone)
Przyprawa do wieprzowiny klasyczna Prymat	2 łyżki
Bułka tarta klasyczna Prymat	1/2 szklanki
natka pietruszki	1 pęczek
Musztarda sarepska Prymat	3 łyżki
cebula	1 szt. (pokrojona w kostkę)
cukinia	2 szt.
koncentrat pomidorowy	1/2 łyżki
masło	1/3 kostki
wino białe wytrawne	1/2 szklanki
olej rzepakowy	(do smażenia)
pomidory	3 szt. (pokrojona w kostkę)
oliwa	1/2 szklanki
Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat	(do smaku)
Pieprz czarny mielony Prymat	(do smaku)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

KROK 1 Mięso oprószyć przyprawą do wieprzowiny i obsmażyć po 2 minuty z każdej strony. Bułkę tartą zmiksować lub utrzeć z posiekaną natką do momentu otrzymania jednolitej zielonej posypki.

KROK 2 Obsmażone mięso posmarować musztardą.

KROK 3 Następnie obsypać posypką i piec 15 minut w temperaturze 160-180°C. Polędwiczki wyjąć z piekarnika i odstawić na kilka minut.

KROK 4 Na patelni, na której obsmażaliśmy mięso, zeszklić cebulę, a następnie dodać koncentrat pomidorowy i wino, odparować do konsystencji sosu i dodać odrobinę masła.

KROK 5 Na oliwie podsmażyć pokrojoną w plastry cukinię, dodać pomidory i doprawić do smaku.

KROK 6 Polędwiczki pokroić w plastry, ułożyć na cukinii z pomidorami, skropić powstałym sosem i udekorować świeżymi kiełkami.