Medaliony na plastrach cukinii



BEATA77

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

polędwiczek wieprzowych	70 dag
średnie cukinie	2
tartego sera	3 łyżki
olej	
puszki kukurydzy	1/3
sól	
posiekany czosnek	
Zioła prowansalskie suszone Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Nastawić piekarnik na 200 st C. Polędwiczki pokroić w grube plastry ok 3 cm. Delikatnie rozbij je tłuczkiem. Posyp przyprawami. Odstaw. Cukinię pokrój w plastry o grubości 1 cm. Polej2 łyżkami oliwy. Podsmaż na suchej patelni ok 5 min. Mięso wymieszaj z pokrojoną cebulą i smaż na oleju ok 10 min. Plastry cukinii rozłóż na małej blaszce. Na każdej połóż kawałek polędwiczki. Podlej sosem ze smażenia. Posyp kukurydzą i pokrojoną papryką. Zapiekaj 20 min w temp 170 st C