Polędwiczka wieprzowa zapiekana

PANI DOMU

CZAS PRZYGOTOWANIA
1H

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Lista składników

polędwica wieprzowa	1 kg
Przyprawa do wieprzowiny klasyczna Prymat	
Papryka słodka mielona Prymat	
Papryka ostra mielona Prymat	
Pieprz czarny mielony Prymat	

Marynata

miód	3 łyżki
Musztarda sarepska Prymat	2 łyżki
musztarda dijon	3 łyżki
olej	150

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

KROK 1 Polędwiczkę wieprzową natrzeć przyprawami: papryka słodką i ostrą, przyprawą Prymat do wieprzowiny i pieprzem. Odstawić na godzinę do lodówki.

KROK 2 Olej dokładnie rozmieszać z miodem i musztardami.

KROK 3 Polędwiczkę zanurzyć w marynacie i odstawić nawet na noc do lodówki.

KROK 4 Na patelni rozgrzac olej i obsmażyć polędwiczki z każdej strony.

KROK 5 Mięso przełożyć do naczynia do zapiekania, wlać pozostałą marynatę. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 190 st i zapiekać 20-30 minut.
Polędwiczkę owiniętą folią aluminiową można też ugrillować na ruszcie.