

Filet z indyka w marynacie jogurtowej-zapiekany z wędzoną śliwką :)



NORWESKA20



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z indyka	0,5 kg
jogurt naturalny	1 szklanka
śliwki wędzone	0,5 szklanki
Czarnuszka nasiona Prymat	0,5 łyżeczki
Zioła prowansalskie suszone Prymat	1 łyżeczka
sól i pieprz	1\4 łyżeczki
Papryka słodka mielona Prymat	1\3 łyżeczki
zielona cebulka	1\3 pęczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 W miseczce łączymy składniki marynaty : jogurt, zioła prowansalskie, sól, pieprz, paprykę.
- KROK 2 Marynatę nakładamy na indyka i wstawiamy do lodówki na godzinę .
- KROK 3 W tym czasie śliwki zalewamy gorącą wodą.
- KROK 4 Fileta z marynatą przekładamy do naczynia do zapiekania. Część śliwek wciskamy do mięsa poprzez zrobione wcześniej nacięcia, pozostałą część układamy na górze zapiekanki. Górę zapiekanki obsypujemy dodatkowo czarnuszką. wstawiamy do piekarnika i zapiekamy 45-50 minut w 180 stopniach. Smacznego :)