

Schabik z groszkiem :)

Ten obiad jest już wyjątkowo szybki – czas realizacji spadł na pewno poniżej 15 minut



Schabik z zielonym groszkiem.

Akurat byłam w posiadaniu zielonego groszku w kartonie, (nabyty gdzieś w świecie) i tak nie bardzo wiedziałam jak go wykorzystać, bo do sałatki to troszkę szkoda, więc wymyśliła sobie taki schabik. Widziałam też w naszych sklepach groszek w kartoniku chociaż myślę, iż również doskonale nada się taki z puszki tylko najlepiej taki drobniutki.

Schab kroimy na bardzo cienkie plastry (coś „ala bekon.”) Obficie pieprzymy, odrobinę solimy. Smażymy na maśle z oliwą. Czas smażenia maksymalnie 2 minuty na każdej stronie. Na koniec wrzucamy na patelnię odcedzony groszek i smażymy mieszając maksymalnie 2 minuty. Podajemy posypane parmezanem.

I mamy pyszne, soczyste danie, o ciekawym smaku. Powstaje ekspresowo i również ekspresowo znika







Nasiona roślin
strączkowych
na talerzu
Edycja 3.



2019

 durszlak 