

Połędwiczka wieprzowa duszona z maślakami

Grzybki na śniadanie, grzybki na obiad, taki sezon zresztą bardzo przyjemny sezon. 😊 😊

Na obiad proponuje połędwiczki z maślakami.

Potrzebujemy:

Połędwiczkę wieprzową 1 szt.

Maślaki (obgotowanych, dałam miseczkę o objętości około 0,5 litra)

Cebula

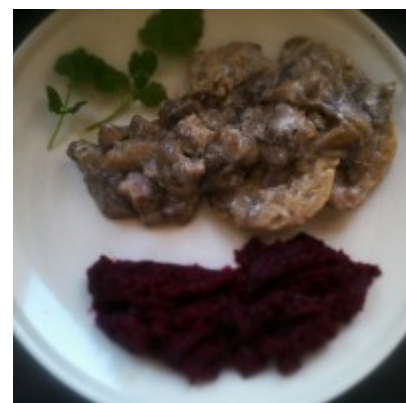
Olej do smażenia, masło

Przyprawy : Sól, pieprz - świeżo mielony

Jogurt typu grecki 2 łyżki

Maślaki obieramy (pamiętając, że niektóre z odmian mają kapelusze pokryte cienką, błyszczącą skórką z lepkim śluzem na powierzchni, którą musimy usunąć) . Obrane grzyby kroimy na połówki, wrzucamy do wrzącej wody aby grzyby sparzyć. Połędwiczki tradycyjnie kroimy w plastry, traktujemy tłuszczem i przyprawiamy solą i pieprzem. Ja dałam sporo świeżo zmielonego pieprzu. Połędwiczkę obsmażamy prawa, lewa po około 2 min z każdej strony. Dodajemy maślaki, Cebule pokrojoną w piórka i dusimy pod przykryciem 30 min. Zestawiamy z ognia i dodajemy jogurt. Mieszamy do powstania jednolitego sosu. Podajemy z ziemniakami, kaszą, makaronem, w zależności od upodobań.

Smacznego 😊



Poławdwiczki pod pierzynką z cukini

Planowałam dzisiaj poświęcić, dzień gotowaniu, a wyszło jak zwykle. Wracając do domu analizowana szybko dostępne składniki w lodówce. Zastanawiałam się nawet czy nie zmienić nazwy blogu na „obiady w 20 minut”. Udało mi się wyczarować ekspresowy obiad który ekspresowo znikną z 😊 talerzy.

Składniki:

poławdwiczka wieprzowa,

średnia cukinia,

gęsty sos pomidorowy,

mieszanka suszonych ziół,

świeże zioła,

przyprawy: sól, pieprz, płatki chili

Poławdwiczkę grube plastry, rozbijamy lekko tłuczkiem, przyprawiamy solą, pieprzem, suszonymi ziołami. Cukinię ścieramy na grubych oczkach. Przyprawiamy solą, pieprzem, płatkami chili i świeżymi ziołami. Dodajemy sos pomidorowy, jeśli planujemy podać danie z ryżem, musimy dolać więcej sosu, ja dodałam tylko 100 ml. Układamy poławdwiczki w naczyniu do zapiekania, przykrywamy pierzynką z cukini. Opcjonalnie możemy posypać startym parmeza. Pieczemy 20 min w 200 C.

Mam nadzieję, że i Wam będzie smakować :-)

