



Tekst i zdjęcie: **Wadera93** - Młodszy Kucharz (330)

Polędwiczki w sosie musztardowym z pieczarkami

4 porcje, po 343 kcal

Stopień trudności: Średnie

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: duszone

Liczba porcji: dwie

Składniki:

- masło, 1 łyżk.
- oliwa, 2 łyżk.
- oregano, 1 szczypta
- mielony pieprz, 1 szczypta
- polędwica wieprzowa, 1 szt.
- sos sojowy, 1 łyżk.
- śmietanka kremowa, 125 ml
- miód, 1 łyżecz.
- musztarda, 3 łyżk.
- whisky, 2 łyżk.
- pieczarka, 300 g

Sposób przygotowania:

Polędwiczkę pokroić na 1,5 cm plasterki, posypać świeżo zmielonym pieprzem i oregano, odłożyć. Pieczarki pokroić na ćwiartki i podsmażyć na dużej patelni na łyżce oliwy przez ok. 8 minut co chwilę mieszając. Gdy będą już zrumienione i odparowane dodać masło i obsmażać jeszcze przez ok. 2 minuty na złoty kolor. Zdjąć z patelni i odłożyć na talerz. Na tę samą patelnię wlać dodatkową łyżkę oliwy i rozprowadzić ją po całej powierzchni. Włożyć mięso i smażyć po około 2 minuty z każdej strony, w międzyczasie doprawiając solą. Wlać whisky i odparować. Dodać obydwie musztardy, natkę pietruszki i wymieszać. Włożyć pieczarki oraz śmietankę kremówkę wymieszaną z sosem sojowym i zagotować. Pogotować chwilę aż sos trochę zgęstnieje.

