



Pieczone polędwiczki wieprzowe glazurowane miodem i octem balsamicznym

przepisy.pl



Składniki:

- polędwiczki wieprzowe - 400 gramów
- ocet balsamiczny - 200 mililitrów
- miód - 1 łyżka
- cukier muscovado - 1 łyżka
- Przyprawa do wieprzowiny Knorr** - 2 łyżki
- Ketchup Hellmann's Pikantny** - 2 łyżki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

 30 minut  4 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Mięso oczyść z błon i przerostów tłuszczu, oprósź obficie przyprawą Knorr, która nada mięsu odpowiedniego smaku i poprawi soczystość. Mięso odstaw na co najmniej godzinę w chłodne miejsce.
2. W garnku połącz ocet balsamiczny, cukier, miód i ketchup. Całość gotuj około 5 minut aż powstanie gęsta glazura. Powstały sos odstaw na chwilę aby ostygł. Zanurz w nim mięso.
3. Polędwiczki ułóż blasze do pieczenia na pergaminie, wstaw do nagrzanego do 190°C piekarnika na około 10 minut. Po tym czasie mięso przełóż na drugą stronę posmaruj ponownie glazura i piecz jeszcze kolejne 10 minut. Czas pieczenia zależy od grubości mięsa.
4. Po upieczeniu polędwiczkę wyjmij z piekarnika odstaw na bok na około 5 minut, po czym mięso pokrój w odpowiednie plastry. Podawaj na purée ziemniaczanym z odrobiną chrzanu.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl