



przepisy.pl

Połędwica wieprzowa z szałwią



 35 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- połędwica wieprzowa - 320 gramów
- olej rzepakowy - 4 łyżki
- szałwia (liście świeże lub suszone) - 1 szczypta
- ziemniak - 6 sztuk
- brokuł - 400 gramów
- duża marchew - 4 sztuki
- Flora ProActiv Mocne Kości z witaminą D** - 4 łyżki
- otręby owsiane - 4 łyżki

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

Sposób przygotowania:

1. Mięso umyć oraz pokroić na kawałki grubości ok. 1,5 cm. Kawałki delikatnie spłaszczyć, ale nie ubijać. Każdy z nich posypać pieprzem oraz położyć po 2 listki świeżej lub suszonej szaławii.
2. Mięso usmażyć na oleju.
3. Ziemniaka wstępnie podgotować. Pokroić na ćwiartki i piec w piekarniku w temp. 180oC przez ok. 10 minut.
4. Ugotować marchew oraz brokuł. Wyłożyć na talerz i położyć na nich Florę ProActiv Mocne Kości z wit. D, a następnie posypać otrębami.

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