



CIDERES CSONTOS KARAJ, BABOS PARADICSOM

Vajon a sertés szereti a cidert? Szereti bizony! A könnyed nyárestéken pedig te is imádni fogod ezt a párosítást!

HOZZÁVALÓK

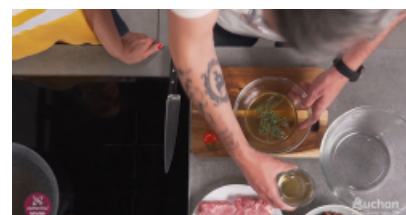
4 szelet Csontos
sertéskaraj
egy kevés kakukkfű

egy kevés Só és őrölt
bors
1 üveg alma cider
1 doboz konzerv bab

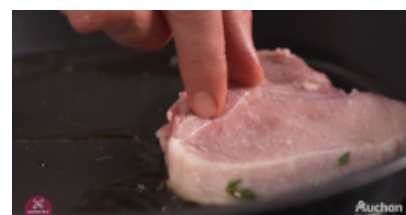
2 fej lilahagyma
15 szem
kockélt paradicsom
1 csokor koriander

egy kevés római
kömény
1 dl olívaolaj
ALLERGÉNEK

- 1 A húsokat átforgatjuk az olívaolajban, rászórjuk a friss kakukkfűvet, sózzuk, borsozzuk és hozzáöntjük a cidert. Legalább egy órát pihentetjük, így a megfelelő hőmérsékletre melegszik sütés előtt.



- 2 Felforrósítjuk a serpenyőt, és a karaj egyik oldalát 4 percre, majd fordítás után ismét 4 percre sütjük, végül egy tálon letakarva pihentetjük 8 percre.



- 3 Alaposan lecsöpögtetjük a konzervbabot, a lilahagymát megtisztítjuk, szeletekre vágjuk. A paradicsomot negyedeljük.



- 4 A hozzávalókat összekeverjük, meglocsoljuk kevés olívaolajjal, ízesítjük római köménnyel, sóval és alaposan megszórjuk az aprított korianderrel.





Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

