



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **10 perc**



Elkészítés:



Répási Eszter

HOLSTEIN SZELET

Amennyiben az ételkészítésnél a sertés húsról esik a választásunk, válasszuk az állat zsírszegényebb részeit (pl: karaj, szűzpecsenye, comb).

HOZZÁVALÓK

500 g sertéscomb (4 szelet)
4 db tojás

izlés szerint kevés 1,5
%-os tej
izlés szerint só

(zöldfűszerekkel
helyettesíthető)
izlés szerint Bors
izlés szerint olaj

ALLERGÉNEK

Gluténmentes
Laktózt tartalmaz
Tojást tartalmaz

- 1 A húst megmossuk, és megtisztítjuk, majd 4 szeletet alakítunk ki belőle.
- 2 A széleit néhány helyen metsszük be (így a sütésnél nem fog felhajlani).
- 3 Áztassuk egy éjszakára tejbe.
- 4 Sózzuk, borsozzuk.
- 5 Egy teflon serpenyőben minimális olajon süssük ki.
- 6 Közben egy másik teflon serpenyőben kb 3 ml olajon süssünk tükörtojást.
- 7 A tojást a húsról helyezve tálaljuk.



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

