



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **5 perc**



Elkészítés: **30 perc**



Rákóczi Feri

MÉZES-ROZMARINGOS SÜLT SONKA, ÉDESKÖMÉNY FŰSZERES MORZSÁVAL

Egy igazi édes-sós sonkaköltemény, ami után még Rákóczi Feri anyukája is megnyalja mind a tíz ujját.

HOZZÁVALÓK

4 szelet 1,5 - 2 centi vastag sonka
4 evőkanál méz

3 gerezd fokhagyma
2 ág friss rozmaring
0.5 dl almalé
2 db édeskömény

1 db lime leve, reszelt héja
1 marék zsemlemorzsa
2 ág friss kakukkfű
1 kevés olíva olaj

1 csipet frissen őrölt bors, nagy szemű só
ALLERGÉNEK
glutén

1

Az édeskömény leveleit levágjuk, aprítjuk, félretesszük. A gumókat négybe vágjuk, meglocsoljuk kevés olíva olajjal, a lime levével, sózzuk, borsozzuk, majd mehet a 200 °C fokra melegített sütőbe 30 percre.



2

A zsemlemorzstát elkezdjük pirítani, hozzáadjuk a reszelt lime héját, az édeskömény aprított leveleit és a maradék lime levét. Amikor a gumók megsültek, az utolsó néhány percre rászórjuk a morzsát és összesütjük.



3

Egy grillserpenyőben összemelegítjük az almalevet, mézet, beledobjuk a fokhagymát és a rozmaringot, majd mindkét oldalán átsütjük a sonkaszeleteket.



4

Mivel a sonka főzött, ezért alig néhány perc kell, szinte csak megpirítjuk a szeletek mindkét oldalát.



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

