

PRZEPISY FIT&EASY



GRILLOWANA POŁĘDWICZKA WIEPRZOWA NA ZIELONEJ ŁĄCE

Przygotowanie:

Poławdziczkę wieprzową kroimy na pół i przekładamy do naczynia. W moździerzu ucieramy przyprawę: kminek, rozmaryn, świeżo zmielony pieprz oraz sól. Kawałki poławdziczek oblewamy niewielką ilością oliwy z oliwek i obtaczamy w przyprawach. Poławdziczki wstawiamy do lodówki na 1 godzinę. Po tym czasie poławdziczki grillujemy na patelni grillowej z obydwu stron. Na podłużnym talerzu układamy mieszankę sałat, kroimy w piórka czerwoną cebulę i posypujemy nimi sałatę. Następnie układamy pokrojone w paski suszone pomidory oraz pokruszone ser z niebieską pleśnią. Gruszkę wraz ze skórką kroimy na cienkie talarki, układamy na sałacie. W osobnym naczyniu mieszamy sok z cytryny, musztardę oraz sól. Następnie dodajemy oliwę i mieszamy, aż do połączenia składników. Doprawiamy świeżo zmielonym pieprzem. Poławdziczkę kroimy na plasterki i podajemy na sałatce polanej sosem winegret

Składniki:

1 poławdziczka wieprzowa
1 łyżeczka kminku
1/2 łyżeczki rozmarynu
Sól, pieprz
1 opakowanie mieszanki sałat **Fit&Easy ACTIVE**
1 mała czerwona cebula
1 gruszka
3 suszone pomidory
Ser z niebieską pleśnią
Oliwa z oliwek

Sos winegret:

1 łyżeczka soku z cytryny
3 łyżki oliwy z oliwek
Szczypta soli
1 łyżeczka musztardy
Szczypta świeżo zmielonego pieprzu