

Kořeněná marináda na vepřové kotlety



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 1dní 0h 10min , Čas vaření: 10min

Celkový čas: 1dní 0h 20min , Porce: 4

959 kalorií , **3 g** cukrů , **102 g** tuků , **7 g** bílkovin

Autor: Tatiana

Odkaz: <https://srecepty.cz/korenenamarinada-na-veprove-kotlety>

Příprava

Kotlety omyjeme, naklepeme a nasolíme. Všechny ingredience umixujeme v mixéru a kotlety naložíme do vzniklé marinády nejméně na 24 hodin. Pak je zprudka opečeme po obou stranách cca 3 minuty. Podáváme s pečivem nebo hranolkami a tatarkou.



Tip k receptu

V původním receptu je napsáno 5 vajec, ale i tak se mi zdála marináda příliš vaječná. Přikláníla bych se spíše k jednomu vejci :-)

Ingredience

- ✓ 1 dcl rostlinného oleje
- ✓ 8 plátků vepřové kotlety
- ✓ 2 lžíce sojové omáčky
- ✓ 1 lžička worcesterské omáčky
- ✓ 1 lžička drceného kmínu
- ✓ 1 lžička majoránky
- ✓ špetka chilli koření
- ✓ 1 lžíce Dijonské hořčice
- ✓ 1 lžíce kečupu
- ✓ 1 lžička sladké mleté papriky
- ✓ 2-3 vejce
- ✓ sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Finančně nenáročná, Maso, Rychlovka, Rodina, Pomocné recepty

