

Kotlety na medu se švestkami



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

177 kalorií , 37 g cukrů , 1 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: Tomáš Pavelka

Odkaz: <https://srecepty.cz/kotlety-na-medu-se-svestkami>

Příprava

Kotlety po obou stranách nařízneme ,lehce naklepeme,osolíme a opečeme krátce na oleji.Potřeme je směsí medu a sójové omáčky,poprášíme zázvorem,přidáme česnek,podlijeme vývarem a dusíme.Při dušení obracíme,potíráme medem se sójovou omáčkou.K poloměkým kotletám přidáme nakrájené,vypeckované,ve víně předem namočené švestky i s vínem a dusíme do změknutí. Kotlety nejlépe chutnají s bramborovými kroketami.

Ingredience

- ✓ 4 ks vepřových kotlet
- ✓ olej
- ✓ sůl
- ✓ 3 lžíce medu
- ✓ sojová omáčka
- ✓ mletý zázvor
- ✓ 1 stroužek česneku
- ✓ 10 ks sušených švestek

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Něco extra, Labužník, Hlavní chod