

Mexické medailonky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 30min , Porce: 1

469 kalorií , **0 g** cukrů , **42 g** tuků , **21 g** bílkovin

Autor: Ajaja

Odkaz: <https://srecepty.cz/mexicke-medailonky>

Příprava

Maso si nakrájíme na jednolitě medailonky, naklepeme, potřeme olejem a posypeme kořením - necháme chvíli v chladu odležet. Pak si rozpálíme olej, maso na něm zprudka opečeme z obou stran a pak zvolna dopékáme. Z vejce si připravíme volské oko, které servírujeme na medailonky.

Tip k receptu

K masu můžeme místo volského oka také orestovat žampiony nakrájené na kousky nebo cibuli nakrájenou nahrubo a orestovanou.



Ingredience

- 150 g vepřového masa (kýty)
- Mexické koření
- olej
- 1 vejce

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod