



Ingredience

- NIKAL Svíčková omáčka
- 4 vepřové plátky
- Sůl a pepř
- 2 lžíce obyčejné hořčice
- 2–3 lžíce oleje

Příprava:

NIKAL Svíčková omáčka

Jako samostatná omáčka:

- Do 1/4 litru teplé vody nebo teplého mléka přidejte dvě polévkové lžíce (cca 25 g) a dobře promíchejte metličkou.
- Krátce přiveďte k varu a lahodná omáčka je hotová.

TIP: Použijte mléko (např. nízkotučné mléko nebo rostlinnou alternativu) místo vody. Čím více mléka použijete, tím bude omáčka smetanovější!

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Vepřové plátky s NIKAL Svíčkovou omáčkou



Recept pro 4 osoby



Příprava trvá cca 30 minut.

Příprava:

Vepřové plátky omyjeme, osušíme a lehce naklepeme. Poté je z obou stran osolíme, opepříme a potřeme obyčejnou hořčicí. Maso necháme proležet alespoň 15–20 minut, aby se chuť dobře propojily.

Na pánvi rozpálíme olej a vepřové plátky na něm zprudka orestujeme z obou stran do zlatova. Jakmile jsou plátky hotové, odložíme je stranou a necháme krátce odpočinout, aby zůstaly šťavnaté.

Jakmile je omáčka hotová, přelijeme jí vepřové plátky a necháme chuť prolnout.

TIP: Podávejte s knedlíkem nebo těstovinami.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 35 g tuk • 45 g sacharidy • 35 g bílkoviny • Energetická hodnota 600 kcal