Karajszelet tejszínes mártással, spenóttal és paradicsommal

25–30 Perc

Elkészítés

1. Először önts egy evőkanál olajat a sertéskarajra, majd alaposan dörzsöld be Kotányi Steak fűszersóval, hogy a húsnak finom íze legyen. Most melegíts fel egy serpenyőt közepes lángon, és öntsd bele a maradék olajat és a vaj felét. Amikor a vaj megolvadt, tedd bele a húst, és süsd mindkét oldalát körülbelül két percig, vagy amíg aranyszínűre pirul. Most vedd ki a sült húst egy tányérra, és fedd le alufóliával, hogy melegen tartsd.
2. A következő lépésben a maradék vajat is dobd a serpenyőbe, add hozzá a zúzott fokhagymát és a lisztet, és pirítsd két percig. Öntsd hozzá az alaplevet, folyamatosan kevergetve, hogy a mártás ne csomósodjon be. Add hozzá a tejszínt, a szárított paradicsomot és a parmezánt, és főzd további két percig.
3. Az utolsó lépésben a sült húst a kieresztett szaftjával együtt tedd vissza a serpenyőbe, és még öt percig rotyogtasd. Add hozzá a spenótot, keverd meg, és hagyd azt is párolódni kb két percig. Végül vedd le a tűzről, tetszés szerinti körettel és salátával tálald!

Összetevők 4 fő részére

= Kotányi Produkte

4 db	Sertéskaraj (600 g, kb. 2 cm vastag)
2 ek	Olaj
30 g	Vaj
2 gerezd	Fokhagyma
1 ek	Liszt
250 ml	Zöldségalaplé
115 ml	Főzőtejszín
2 ek	Szárított paradicsom
40 g	Reszelt parmezán
100 g	Bébispenót
1 ek	Steak fűszersó