Sviečková so sušeným ovocím a pečenou zeleninou

50—60 Min

Príprava

1. Zemiaky umyte a uvarte v osolenej vode.
2. Brokolicu a karfiol nakrájajte na ružičky. Mrkvu ošúpte a nakrájajte na 2-3 cm dlhé tyčinky.
3. Blanšírujte každú zeleninu zvlášť v osolenej vode a potom ju ochlaďte v ľadovej vode.
4. Uvarené zemiaky ošúpte a nakrájajte na malé kocky alebo guľky.
5. Hovädzie plátky prekrojte na polovicu a okoreňte ich steakovým korením. Na panvici s trochou oleja opečte 6 kúskov mäsa z oboch strán. Potom pečte v rúre pri 170 °C 6 minút.
6. Rúru predhrejte na 240 °C a mäso nechajte medzitým odpočívať.
7. Mandle opečte na panvici, kým nezhnednú. Brokolicu, karfiol a mrkvu pridajte na panvicu s maslom a ochuťte zmesou zeleninového korenia Kotányi. Pred podávaním posypte mandľami.
8. Zemiaky opečte na panvici s olejom, kým nie sú rovnomerne opečené.
9. Na prípravu kôrky zmiešajte všetky ingrediencie a zmesou potrite mäso. Vložte do rúry na pečenie potretej olejom a pečte niekoľko minút.

Ingrediencie 6 Porcie

= Kotányi Produkte

Pre sviečkovú

3 ks.	Kusy sviečkovice, každý 320 g
3 PL	Koreninová soľ na Steak
1 PL	Olej zo semien

Na kôrku z bieleho chleba

40 g	Maslo, mäkké
75 g	Strúhanka z bieleho chleba
2 PL	Nakrájané sušené ovocie (napr. marhule, brusnice)
1 PL	Nasekaná čerstvá petržlenová vňať
1 štipka	Morská soľ jedlá jódovaná
2 PL	Olej zo semien

Na zeleninu

1 ks.	Brokolica
1 ks.	Karfiol
3 ks.	Mrkva
3 PL	Grilovaná zelenina
3 PL	Mandle, drvené
1 PL	Maslo

Na zemiaky

4 ks.	Veľké zemiaky, vhodné na varenie
1 PL	Seed oil