



Sviečková so sušeným ovocím a pečenou zeleninou

⌚ 50–60 Min

Príprava

Ingrediencie 6 Porcie

♦ = Kotányi Produkty

Pre sviečkovú

3 ks.	Kusy sviečkovice, každý 320 g
3 PL	♦ Koreninová soľ na Steak
1 PL	Olejo 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	Olejo 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

- 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 ochladte 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 kusov 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 potrebným olejom a pečte niekoľko minút.

