



Kotlet wieprzowy z fasolką szparagową, ziemniakami i pomidorami

Autor: najlepszewkuchni.pl

Pyszne, długo marynowane mięso wieprzowe z dodatkiem warzyw to idealna propozycja na lunch, czy obiad. Z pewnością posmakuje każdemu. Nie wymaga dużo pracy i umiejętności - ale trzeba mieć na uwadze długi czas marynowania.

Przygotowanie

Krok 1

Ząbki czosnku przeciskamy przez praskę. Mieszmamy ze sobą wszystkie składniki marynaty.

Krok 2

Kotlety wieprzowe lekko rozbijamy tłuczkiem, a następnie nacieramy marynatą i odstawiamy na noc.

Krok 3

Następnego dnia wyjmujemy z lodówki kotlety. Obieramy ziemniaki i kroimy w kostkę. Fasolkę i ziemniaki gotujemy na parze.

Krok 4

Kotlety wieprzowe smażymy na rozgrzanej patelni teflonowej (tłuszcz z marynaty wystarczy) po 5 minut z każdej strony. Kotlety podajemy z ziemniakami, fasolką szparagową i pomidorkami koktajlowymi.

Danie: **Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Powyżej 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

Składniki:

- 4 kotlety wieprzowe
- 300 g zielonej fasolki szparagowej
- 0,5 kg ziemniaków
- 250 g pomidorów koktajlowych

Marynata:

- 4 łyżki oleju
- 2 łyżki miodu
- 1 łyżka octu winnego
- 3 ząbki czosnku
- ½ łyżeczki soli
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- 1 łyżeczka pieprzu