



Kotlety zapiekane z warzywami i soczewicą

Autor: Śnieżynka

Danie: **Obiad**,

Osób: **3**

Czas: **Do 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

Przygotowanie

Krok 1

Mięso umyć, osuszyć, lekko zbić tłuczkiem, oprószyć solą i pieprzem. Natrzeć przeciśniętym przez praskę czosnkiem, lekko zrumienić na rozgrzanej oliwie. Ułożyć na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia.

Krok 2

Cebulę posiekać i zeszklić na oliwie w której smażyło się mięso. Dodać posiekane pieczarki, poddusić. Wsypać osączoną soczewicę, doprawić do smaku solą, pieprzem i sosem sojowym, wymieszać, ułożyć na mięsie.

Krok 3

Marchew obrać i zetrzeć na tarce o średnich oczkach, wyłożyć na mięso z pieczarkami. Każdy kotlet posmarować łyżką majonezu i włożyć do nagrzanego piekarnika. Piec w temperaturze 190°C około 15-20 minut.

Składniki:

3 kotlety schabowe

½ cebuli czerwonej

10 dag pieczarek

⅔ szkl. ugotowanej soczewicy

Sól

Pieprz

Sos sojowy

1 ząbek czosnku

1 marchewka

3-4 łyżki oliwy

3 łyżki majonezu