

Plátky roštěné v jogurtové marinádě

Kategorie: [Maso](#)

Autor: Suzannka



Suroviny

Porce: 4

- Roštěná 4 plátek
- Bílý jogurt 100 ml
- Smetana 100 ml
- Sůl 4 špetka
- Mletý pepř 3 špetka
- Červená paprika 1 ks
- Mletá paprika pálivá 1 lžička
- Mletý hřebíček 1 lžička
- Bobkový list 1 ks
- Celý hřebíček 2 ks
- Olivový olej 50 ml

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Plátky omyjeme a osušíme. Naklepeme a nařízneme na krajích, osolíme. Kapii nakrájíme na drobné kostičky a spolu s pepřem, pálivou paprikou, mletým hřebíčkem, špetkou soli vmícháme do jogurtu. Touto marinádou potřeme připravené maso a nechte v lednici čtyři hodiny.

Na pánvi rozejděme olej, přidáme k němu bobkový list a celé hřebíčky a pomalu v něm opékáme maso. Opečené maso vyjmeme, do výpeku vlijeme zbytek marinády a smetanu. Necháme pár minut provařit. Poté vrátíme maso a prohřejeme.

