



Krůtí medailonky na medu

Ingredience

krůtí medailonky: **400 g**

med: **1 PL**

drůbeží vývar: **100 ml**

sójová omáčka: **2 PL**

sůl

pepř

kari koření

olej

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Na pánvičce smícháme rozehřátý olej se sójovou omáčkou, medem, kari kořením, solí a pepřem dle chuti. Zamícháme, odstavíme ještě před varem a necháme vychladnout. Krůtí maso očistíme, vložíme do připravené a vychladlé marinády a dáme na min. 2 hodiny do ledničky uležet a natáhnout chuť. Krůtí...

Krůtí medailonky na medu - recept

Na pánvičce smícháme rozehřátý olej se sójovou omáčkou, medem, kari kořením, solí a pepřem dle chuti. Zamícháme, odstavíme ještě před varem a necháme vychladnout.

Krůtí maso očistíme, vložíme do připravené a vychladlé marinády a dáme na min. 2 hodiny do ledničky uležet a natáhnout chuť.

Krůtí medailonky opečeme z obou stran, podlijeme drůbežím vývarem a zbytkem marinády a necháme asi 20 minut dusit.

Krůtí medailonky na medu můžeme podávat s rýží, restovanou zeleninou, domácími hranolky nebo kuskusem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí