



Свинско със зеленчуци на тиган

Съставки

- 1 MAGGI® Идея за Винен кебап 38г
- 600 г свинско филе
- 2 картофи
- 1 патладжан
- 2 моркови
- 1 глава лук
- 4 с.л. олио
- 1 ч.л. естрагон
- 100 г целина
- 2 с.л. свеж магданоз
- 1 щипка черен пипер
- 1 щипка сол

Указания

1. Разтворете MAGGI® Малки Тайни според указаниято на опаковката. Нарезете месото на хапки, а зеленчуците - на едри парчета.
2. Загрейте олиото и запържете месото заедно с лука. Прибавете останалите зеленчуци и гответе 2-3 минути. Налейте фикса, овкусете със сол, пипер и естрагон, и разбъркайте.
3. Гответе на тих огън под капак докато омекне месото за около 20 - 25 минути. След това махнете капака и усилете котлона, за да се изпари излишната течност. Не спирайте да разбърквате ястието, докато сосът се сгъсти.
4. Сервирайте ястието топло, поръсено със свеж магданоз.

50 мин.

4 порции

Въглехидрати	11.53 g
Енергия	348.21 kcal
Мазнини	18.53 g
Протеин	18.53 g