

Состав:

650-700 г свиной вырезки

1-2 зубчика чеснока

черный молотый перец

соль

Рецепт медальонов из свиной вырезки:

Свиную вырезку промыть, немного обсушить, удалить пленки и лишний жир. Разрезать на порционные кусочки толщиной 1,5-2 см поперек волокон. Получившиеся медальоны посолить, добавить черный молотый перец (предпочтительно свежемолотый) и выложить в небольшую емкость. Чеснок очистить, выдавить через чеснокодавилку или мелко порубить, добавить к медальонам из свинины и перемешать. Свинину поместить в холодильник 0,5-3 часа, чтобы мясо промариновалось.

Подготовленные таким образом медальоны из свиной вырезки обжарить на хорошо разогретой сковороде в растительном масле в течение 4-5 минут с каждой стороны.

Приготовленные медальоны из свинины можно подавать к столу с овощами, рисом или картофелем.

Приятного аппетита!