



## Sposób przygotowania

Mięso oczyścić, umyć i osuszyć. Podzielić na 4 kotlety, a następnie rozbić tłuczkiem. Obsyp solą i pieprzem. Odstawić do lodówki.

Na patelni rozgrzać 2 łyżki masła, wleć śmietankę, dodać do niej musztardę i posiekane 2 ząbki czosnku, dokładnie wymieszać. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Gotuj na wolnym ogniu przez kilka minut, aż trochę zgęstnieje.

Rozgrzej pozostałe 2 łyżki masła. Dorzuć mrożone warzywa i smaż na wolnym ogniu pod przykryciem. Gdy warzywa będą miękkie, dodaj pozostały posiekany czosnek. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Papryki umyć, oczyścić z gniazd nasiennych i pokroić w cienkie paseczki. Cebulę obierz i pokroić w piórka. Pora umyć i pokroić w krążki. Dopraw do smaku solą i pieprzem i skrop 1 łyżką oleju. Wymieszaj.

Na patelni rozgrzej 3 łyżki oleju, smaż kotlety po 4-5 minut z każdej strony. Kotlety podawaj od razu po usmażeniu, polane sosem musztardowym. Obok ułóż warzywa z patelni oraz surówkę. Posyp posiekaną natką. Smacznego!

## Kotlety wieprzowe z sosem musztardowym



45 min.



4 os.



470 kcal/os.



ok. 5.20 zł/os.

### Składniki

- szynka wieprzowa bez kości - 600 g
- por (zielona część) - 1 szt.
- mrożona mieszanka warzyw - 1 opak.
- słodka śmietanka 30% - 1 szkl.
- mleko - 1/2 szkl.
- musztarda - 2 łyżki
- olej - 4 łyżki
- ząbek czosnku - 4 szt.
- posiekana natka pietruszki - 2 łyżki
- masło - 4 łyżki
- papryka czerwona - 1 szt.
- papryka żółta - 1 szt.
- cebula - 1 szt.
- sól - 1 łyżeczka
- pieprz - 1 łyżeczka