



całość (10 porcji) 840 kcal
1 porcja 84 kcal

Soczysty filet z indyka

Składniki:

1000g fileta z indyka
ulubione zioła

Sposób przygotowania:

Mięso dokładnie umyć i osuszyć papierowym ręcznikiem. Doprawić ulubionymi ziołami. Przygotowane w ten sposób mięso włożyć do w lodówki na ok. 3 godziny. Następnie zawinąć w rękaw do pieczenia. Aby zabezpieczyć przed dostaniem się wody, owinąć końcówkę rękawa dokładnie nicią lub sznurkiem. Zagotować wodę w dużym garnku. Kiedy osiągnie temperaturę wrzenia, wrzucić mięso i gotować przez 15 minut. Po wystygnięciu można podać na pieczywie.



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ SOI



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ KUKURDYZY



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA
BEZ CUKRU



POTRAWA
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA
BEZ DROŻDZY