



## СВИНЫЕ МЕДАЛЬОНЫ С АПЕЛЬСИНАМИ И КАРДАМОНОМ

Вы часто любите меня спрашивать чем заменить ту или иную специю. Например, чем заменить мускатный орех в соусе "Бешамель"?

Но в этом блюде я вам скажу, кардамон ничем не заменишь! Всю ароматную и аппетитную функцию он берет на себя!

Итак, редкий гость моего блога - свинина.  
... или если уже и есть свинину, то только так!



### Понадобится:

- свиная вырезка - 500 граммов
- апельсины - 2 штуки
- синий лук - 1 штука
- сливочное масло - 30 граммов
- карадамон - 10-15 зернышек

соль и перец по вкусу  
микрогрин для подачи

## Приготовление:

Лук порежь полукольцами. С апельсина снимите цедру. Из одного выдави сок, а второй подели на дольки и очисти от пленок (а-виф).



Мясо помой, обсуши и нарежь на медальоны. Обжарь на сливочном масле до золотистого цвета. Добавь к мясу цедру, лук и сок апельсина. Всыпь кардамон, посоли и готовь под крышкой 15 минут.

К готовому мясу добавь апельсины и подавай украсив микрогрином.

