



Каре ягненка с овощами-гриль



Ингредиенты

◦ Смесь "Овощное трио гриль"	1 упаковка (400г)
◦ Лимон	1 шт.
◦ Розмарин	40 г
◦ Лук красный	1 шт.
◦ Соус барбекю	100 г
◦ Каре ягненка	8 шт.
◦ Оливковое масло	30 г

Способ приготовления:



40 мин



2 порции



215 ккал

1. Срежьте лишний жир с нижней части корейки, освободите кончики ребер и вырежьте мясо между косточками на порционные кусочки. Лимон разрежьте пополам.

2. Обжарьте мясо на сковороде гриль с двух сторон до готовности по 4 минуты с каждой стороны вместе с розмарином и половинками лимона.

3. Лук почистите, порежьте мелкими кубиками.

4. Овощи гриль обжарьте на сковороде на оливковом масле в течение 5 минут, помешивая. В конце добавьте каре ягненка с розмарином и лимоном.

5. Подавайте, присыпав красным луком, с соусом барбекю.



Совет

Как определить готовность мяса? Проколните его ножом. Если выделяемый сок светло-розовый — это знак, что мясо готово!

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>