Пикантно телешко

Состојки

- 1 кг телешки бут
- 200 мл маслиново масло
- 2 зелени или жолти пиперки
- 1 лажичка сенф
- 5 гр босилек
- 5 гр MAGGI Мешан Зачин
- 5 гр бибер
- 200 мл вода

Упатство

1. Телешкото премачкајте го со сенф, посолете, побиберете и замотајте го во алуминиумска фолија.

2. Подмачкајте го садот за печење со масло, истурете вода, ставете го телешкото и печете во рерна 30 минути на 150 степени.Истурете шише, истурете вода, поставете го телешкото месо и печете 30 минути на 150 степени.

3. Извадете го месото од рерната, извадете ја фолијата, па допечете го месото во следните 50 минути како би омекнало и би добило румена боја

4. Пиперките исечете ги на тенки тркалца, посолете ги и пропржете ги на масло

5. Исечете го месото на парчиња, ставете го во центарот на чинијата, па околу него наредете ги пиперките. Доколку сакате уште попикантна варијанта, додадете и сечено луто пиперче.

90 Мин

6 порции

Јаглехидрати	0.2 g
Енергија	477.5 kcal
Масти	37.53 g
Протеини	33.84 g