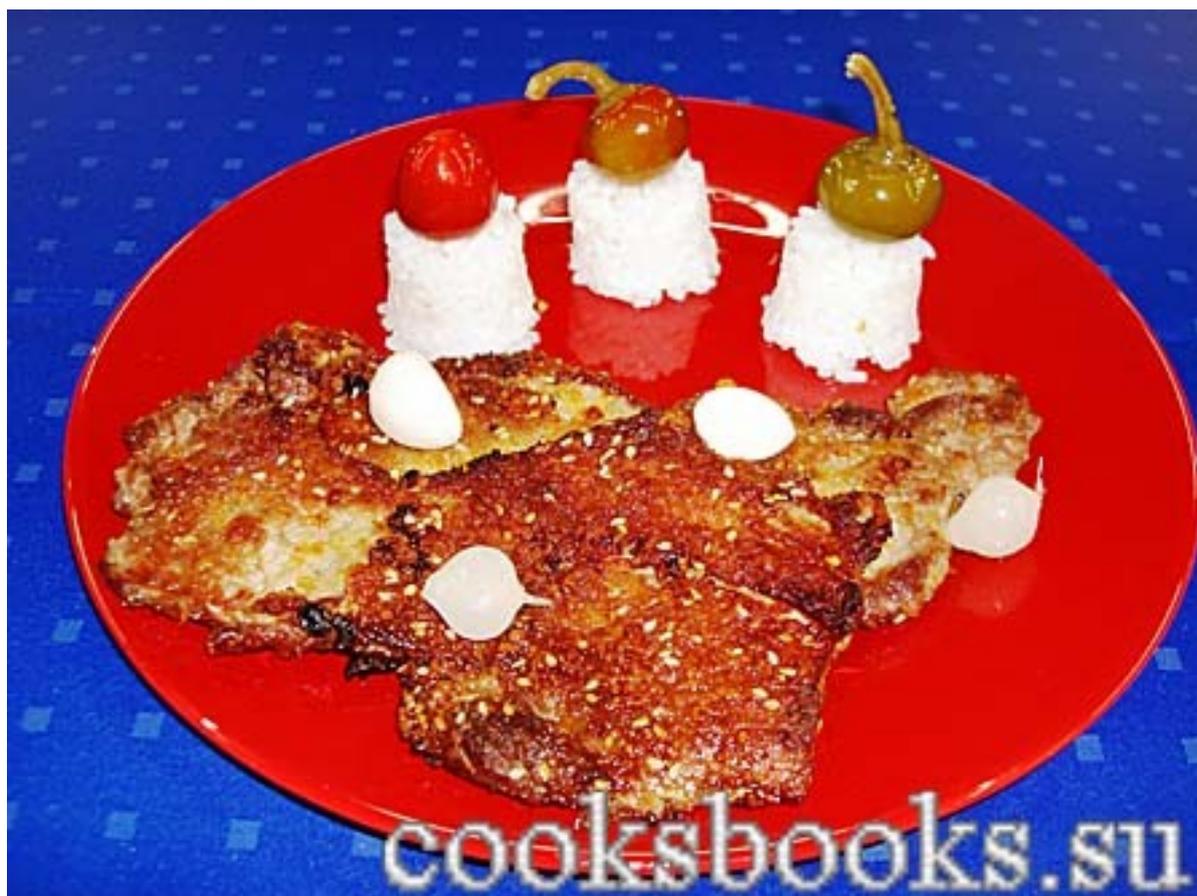


Свинные отбивные в кунжутных семечках

Добавил(а) Ольга

14.04.09 18:17 - Последнее обновление 03.02.10 05:42



Ингредиенты

- Свинина - 1 кг.
- Специи - 1 пакет.
- Масло растительное - 1 ст.
- Время приготовления 15 мин

Свиные отбивные в кунжутных семечках

Добавил(а) Ольга

14.04.09 18:17 - Последнее обновление 03.02.10 05:42



Мясо.

Мясо моем, нарезаем пластами толщиной 1 см, немного отбиваем.



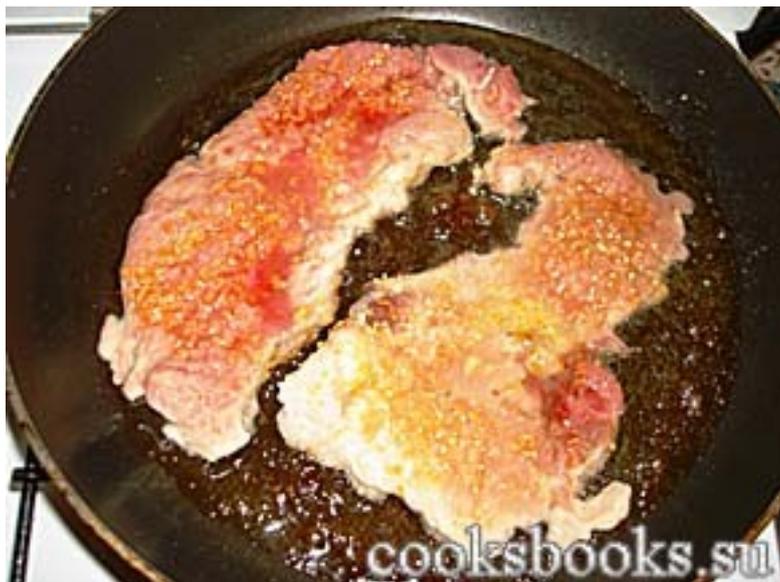
Отбивные.

Мясо посыпаем специями с кунжутными семечками.

Свиные отбивные в кунжутных семечках

Добавил(а) Ольга

14.04.09 18:17 - Последнее обновление 03.02.10 05:42



Жарим отбивные.

Отбивные жарим в горячем масле по 5 мин с каждой стороны.



Приятного аппетита!

{kunena_discuss:12}