



Görögös karajszeletek fetakrémmel töltött paradicsommal

Hozzávalók

- 1 tasak MAGGI Gyros alap
- 80 dkg sertéskaraj
- 12 db paradicsom
- 20 dkg Feta sajt
- 10 dkg tejföl
- 1 fej lilahagyma
- 3 ek olívaolaj
- 1 tk só

Elkészítés

1. A karajszeleteket enyhén kiklopfoljuk, megkenjük az olívaolajjal és egyenletesen megszórjuk a MAGGI Gyros alappal.
2. Serpenyőben oldalanként 3 perc alatt pirosra sütjük, majd kevés vizet aláöntve, szorosan lefedve puhára pároljuk.
3. Közben a fetasajtot elmorzsoljuk a tejjel.
4. A paradicsomok tetejét levágjuk, kiskanállal a belsejüket kikaparjuk, belül enyhén sózzuk, és míg a hús sül, lefele fordítva hagyjuk, hogy a levük kicsöpögjön.
5. Ezután megtöltjük a tejjelös fetakrémmel, megszórjuk a felaprított lilahagymával és a hús mellé tálaljuk.

Tápérték adatok

Szénhidrát	13.63 g
Energia	700.73 kcal
Zsír	42.8 g
Fehérje	63.17 g
Telített zsírok	16.97 g

40 Perc

4 adag