Polędwiczki wieprzowe z pieczonymi warzywami

Smaki potrawy doskonale grają ze sobą, ale się nie mieszają.
Pycha

Czas na High: 3-4

Czas na Low: 5

Ilość porcji: 3-5

Czas przygotowania: 20

Składniki

- 3 łyżki oliwy z oliwek extra virgin
- 1 łyżki startego parmezanu
- 4 łyżki świeżego rozmarynu, poszatkowane
- 1 łyżeczka mielonego czosnku
- 3 umyte ziemniaki ze skórką
- 1 szklanka marchewek baby
- 1 cebula, posiekana
- Sól i pieprz do smaku
- 1 polędwica wieprzowa około 0,7 kg
- 2 łyżki pietruszki
- 2 łyżeczki cebuli w proszku
- 2 łyżeczki czosnku w proszku
- 2 łyżeczki soli
- ¼ szklanki bulionu z wołowiny
- 2 łyżki oleju roślinnego
-

Wykonanie:

Włóż cebulę, marchew i ziemniaki do średniej wielkości miski.
Dodaj oliwę z oliwek, parmezan, połowę rozmarynu i czosnku. Dodaj sól i pieprz do smaku. Wymieszaj dobrze wszystkie warzywa.
Umieść warzywa w wolnowarze Crock-Pot®.
Połącz pietruszkę, cebulę w proszku, czosnek w proszku, pozostały rozmaryn i sól w małej misce. Natrzyj polędwiczki wieprzowe przyprawami.
Podgrzej olej roślinny na patelni na dużym ogniu. Dodaj polędwiczki wieprzowe i obsmaż je przez 1 do 2 minut z każdej strony.
Podgrzej misę Crock-Pota i umieścić w niej smażone polędwiczki na warzywach.
Na gorącą patelnię, na której były smażone polędwiczki wlej bulion wołowy i zamieszaj razem z resztkami ze smażenia. Bulion z patelni wlej do wolnowaru Crock-Pot® i przykryj pokrywą.
Gotuj na poziomie HIGH 3 godziny i 30 minut lub na poziomie LOW przez 5 godzin, do momentu kiedy polędwiczki wieprzowe i warzywa będą miękkie
Po upływie tego czasu, wyjmij polędwiczki na półmisek i odstaw na 10 minut żeby odpoczęły. Następnie pokrój na plastry i podaj z warzywami z wolnowaru z Crock-Pot®. Smacznego