



Κάτι γευστικό!

Χοιρινή τηγανιά

Υλικά

600 γρ. ψαρονέφρι κομμένο σε κύβους
100 γρ. κολοκύθι κομμένο σε κύβους
50 γρ. κρεμμύδι ψιλοκομμένο
50 γρ. ελαιόλαδο
20 γρ. αλεύρι
50 γρ. λευκό κρασί
30 γρ. χυμό Λεμονιού
Μισή ντομάτα σε κυβάκια
50 γρ. φέτα τριμμένη
ρίγανη
αλάτι
πιπέρι

Εκτέλεση

Βάζουμε το ελαιόλαδο να ζεσταθεί σε ένα τηγάνι και σοτάρουμε το ψαρονέφρι ανακατεύοντας καλά να πάρει χρώμα από όλες τις πλευρές.

Στη συνέχεια προσθέτουμε το κρεμμύδι και το κολοκύθι και τα σοτάρουμε και αυτά ελαφρά να βγάλουν τα αρώματα τους.
Προσθέτουμε το αλάτι, το πιπέρι και το αλεύρι.

Έπειτα από 1 λεπτό ρίχνουμε και το κρασί στο τηγάνι μας. Αφού εξατμιστεί το κρασί ρίχνουμε λίγο νερό ή ζωμό κοτόπουλο και περιμένουμε για περίπου 2-3 λεπτά να τραβήξει τα υγρά και να πάρει μία βράση.

Αφού δέσει η σάλτσα προσθέτουμε την ντομάτα και το αφήνουμε ακόμα 1 λεπτό. Το πιάτο μας είναι έτοιμο για σερβίρισμα. Σερβίρουμε και ρίχνουμε από επάνω την φέτα και την ρίγανη.



Τηγάνισμα σε δυνατή φωτιά



30 λεπτά

Η συνταγή είναι μία προσφορά του



www.ucook.gr



Σχετικό στην ιστοσελίδα:
[url: http://www.aks.gr/recipes](http://www.aks.gr/recipes)



Κάτι γευστικό!

Muffin πορτοκάλι

Υλικά
350 γρ. αλεύρι
60 γρ. βούτυρο
160 ml. κρέμα γάλακτος
200 γρ. ζάχαρη
Χυμό 4 πορτοκαλιών
30 γρ. μπέικιν πάουντερ
1 πρέζα αλάτι
1 κ.γ. ξύσμα πορτοκαλιού
2 βανίλιες
30 ml. λικέρ πορτοκάλι

Για την βουτυρόκρεμα
50 γρ. ζάχαρη άχνη
90 γρ. βούτυρο
1 σταγόνα χρώμα ζαχαροπλαστικής
Τρούφα



Εκτέλεση

Χτυπάμε στο μίξερ την ζάχαρη με το βούτυρο για 1 λεπτό, στη συνέχεια προσθέτουμε την κρέμα γάλακτος και συνεχίζουμε το χτύπημα για 2 λεπτά ακόμα. Προσθέτουμε τις βανίλιες, το αλάτι, το λικέρ, το ξύσμα του πορτοκαλιού και σταδιακά τον χυμό πορτοκάλι. Το μεταφέρουμε σε ένα μπολ και ρίχνουμε αφού κοσκινίσουμε μέσα το αλεύρι με το μπέικιν. Ανακατεύουμε με μία μαρίζ καλά.

Έίναι έτοιμο το μίγμα μας να το βάλουμε στα ειδικά φορμάκια για muffin όπου θα τα γεμίσουμε κατά 3/4. Ψήνουμε στο φούρνο στους 170 βαθμούς για 18-20 λεπτά.

Αφού ετοιμαστούν τα muffin τα γαρνίρουμε από επάνω με την βουτυρόκρεμα που έχουμε κάνει, αναμειγνύοντας τα υλικά της και διακοσμούμε με την τρούφα.



170-180 °C στατικός φούρνος



20 λεπτά



Σύνολο χρόνου 60 λεπτά

Η συνταγή είναι μία προσφορά του



www.ucook.gr



Ανακαλύψτε
γευστικές
συνταγές

Σχετικό στην ιστοσελίδα:
url: <http://www.aks.gr/recipes>