



całość 2100 kcal
porcja ok. 210 kcal

Szynka pieczona w glazurze musztardowo – miodowej

Składniki:

1 szynka, tzw. kulka, ok. 800 g
2 łyżki miodu
2 łyżki musztardy Dijon
½ łyżeczki soli

Sposób przygotowania:

Miód, musztardę i sól dokładnie wymieszać. Natrzeć dokładnie mięso i zostawić na noc w lodówce. Szynkę piec w folii przez około godzinę. Pod koniec pieczenia przeciąć folię aby nadmiar pary odparował. Mięso wystudzić i pokroić w plastry.



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ SOI



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA
BEZ CUKRU



POTRAWA
BEZ DROŻDZY