



## Pečená krkovička v medové marinádě s chilli a zázvorem

### Ingredience

- 400 g vepřová krkovice
- 200 g MAGGI sójová omáčka
- 20 g chilli
- 10 g sezamová semínka
- 20 g Tymián, čerstvý
- 50 g med
- 200 g čerstvý zázvor

### Postup

1. Připravíme marinádu z medu, MAGGI Sójové omáčky, nastrouhaného zázvoru, nasekaných chilli papriček, tymiánu a sezamových semínek.
2. Vepřové maso očistíme, marinádu do něj pečlivě v masírujeme a necháme marinovat
3. Připravené maso vložíme do pekáčku, podlijeme vodou a pečeme při teplotě 170 °C po dobu cca 40 minut, přičemž v průběhu pečení maso potíráme marinádou

60 Méně

Sacharidy	28.77 G
Energie	356.7 kcal
Tuky	13.97 G
Protein	19.73 G

4