

# Pieczona polędwica

Przepis dodany przez użytkownika meg47

## Pyszna polędwica

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: łatwe

### Potrzebne składniki:

- polędwica wołowa - 1,2 kg
- czerwone wytrawne wino - 1/2 szkl.
- miód - 2 łyżka(i)
- goździki - 2 szt.
- sól -
- pieprz -
- olej - 2 łyżka(i)
- kilka listków bazylii -

### Etapy przyrządzania:

1. Polędwicę oczyścić, zdjąć błonę, dokładnie opłukać, osuszyć papierowymi ręcznikami.
2. Goździki rozgnieść, wymieszać z połową wina, położyć mięso, odstawić na 30 minut.
3. Mięso lekko osuszyć, oprószyć solą i pieprzem, odstawić na dalsze 30 minut w chłodne miejsce.
4. Brytfannę natłuścić olejem, przełożyć do niej posmarowaną miodem polędwicę.
5. Wstawić do piekarnika nagrzanego do temperatury 230 stopni C, piec około 30 minut, co jakiś czas polewając wytwarzającym się sosem.
6. Podlać resztą wina, piec jeszcze około 15 minut.
7. Lekko przestudzoną polędwicę pokroić na plastry, posypać bazylią, podawać np. z risotto.