



## POŁĘDWICA WOŁOWA Z WARZYWAMI I ORZECHAMI NERKOWCA

### SKŁADNIKI:

400 g polędwicy wołowej Sokolów  
1/2 szklanki orzechów nerkowca  
1 czerwona cebula  
1 żółta papryka  
1/2 pęczka szczypiorku  
2 ząbki czosnku  
1 pomidor  
szczypta soli  
3 łyżki sosu sojowego  
1 łyżka soku z limonki  
1 łyżeczka cukru trzcinowego  
1 łyżka oleju do smażenia  
ryż jaśminowy jako dodatek  
garść świeżej kolendry do dekoracji

---

### PRZYGOTOWANIE:

1. Polędwicę wołową oczyścić i pokroić w plastry. W woku podgrzać olej i podsmażyć na nim posiekany czosnek i cebulę. Dodać mięso i podsmażyć.
2. Pomidor podzielić na małe kawałki. Paprykę umyć i po usunięciu gniazda nasiennego pokroić w paski. Szczypiorek drobno posiekać (część ziół odłożyć do dekoracji) i wraz z papryką oraz pomidorem dorzucić do mięsa w woku. Całość przez chwilę smażyć.
3. Składniki połączyć z sosem sojowym, solą, sokiem z limonki i cukrem trzcinowym. Dokładnie wymieszać. Orzechy nerkowca uprażyć na suchej patelni, po czym dodać do wołowiny. Potrawę wyłożyć na talerze i udekorować świeżą kolendrą. Podawać z ryżem jaśminowym.