


## ШАШЛЫК ИЗ СВИНИНЫ С ФАСОЛЬЮ И ТОМАТАМИ ЧЕРРИ



 45 минут

 225 ккал; БЖУ 10/17/9 (на 100 г)

 350 г (каждая порция)

 Предварительно разморозьте говяжий фарш, кукурузу

### **Ингредиенты:**

свиная шея, острая паста из морепродуктов, чеснок, устричный соус, соевый соус, лимонный сок, черри, лук, консервированная фасоль.



Разогрейте духовку до 180 °С. Свинину нарежьте небольшими кубиками приблизительно по 3 см, замаринуйте в смеси устричного, соевого соусов, сока лимона, пасты из морепродуктов и рубленого чеснока. Оставьте мариноваться на 10 минут.



Мясо нанизайте на бамбуковые палочки. Шашлык на шпажках обжарьте с двух сторон на сковороде. Доведите до готовности в духовке за 15 минут.



Салат: порубите лук и обжарьте на сковороде, добавьте фасоль, предварительно слив с неё жидкость, нарезанные пополам помидоры, сок лимона. Обжарьте все около минуты.



Подавайте шашлычки с салатом из фасоли.