



1

Духовку разогрейте до 200°C.

Вскипятите воду. Картофель нарежьте крупными произвольными кусками. Цветную капусту разберите на соцветия. Мясо нарежьте на медальоны толщиной 5 мм. Помидоры нарежьте кружками, чеснок мелко порубите.



2

Картофель положите в кипящую подсоленную воду и варите 10 минут. К картофелю добавьте цветную капусту и варите ещё 10 минут. Воду слейте. Молоко влейте в кастрюлю с картофелем и цветной капустой. Доведите до кипения, убавьте огонь до слабого, накройте крышкой или фольгой и варите 5 минут.



3

Зелень нарубите мелко вместе со стеблями. С лайма снимите цедру и измельчите её. Оливки раздавите, удалите косточку, мякоть нарубите мелко. Для соуса гремолата соедините оливки, зелень, цедру лайма, выжмите сок половины лайма, влейте 3 ст. ложки растительного масла, посолите, поперчите и перемешайте.



4

Посолите картофель, добавьте мускатный орех, 1 ст. ложку растительного масла и пробейте блендером до однородной консистенции.



5

Помидоры посолите, поперчите, добавьте чеснок, 1 ст. ложку растительного масла и перемешайте. Противень застелите пергаментом и выложите на него кружки помидора. Запекайте в разогретой духовке при температуре 200°C 5 минут.



6

Сковороду разогрейте и сбрызните ее растительным маслом. Мясо слегка отбейте, сбрызните растительным маслом, посолите и поперчите. Медальоны обжаривайте с тимьяном на сильном огне по 1-2 минуте с каждой стороны, для лучшей прожарки – 4-5 минут с каждой стороны на среднем огне. Соус влейте на сковороду и жарьте медальоны еще 1 минуту.



7

Овощное пюре разложите по тарелкам, мясо выложите рядом вместе с кружочками помидора и полейте соусом.