

Przepisy



Schab nadziewany śliwkami



20 min. + pieczenie 60 min.



4 os.



600 kcal/os.



5,80 zł/os.

Lista zakupów

- schab bez kości w całości - 1 kg
- śliwki suszone - 150 g
- ćwikła z chrzanem - 1 słoik
- mąka pszenna - 1 łyżka
- olej - 5 łyżek
- sok z cytryny - 1 łyżka
- tymianek świeży - 1 łyżeczka
- suszony tymianek - 1 łyżeczka
- suszony rozmaryn - 1 łyżeczka
- ziemniaki - 1 kg
- grzyby suszone - 40 g
- cebula - 1 szt.
- masło - 1 łyżka
- sól - 2 łyżki
- pieprz kolorowy - 1/2 łyżki
- rum - 1/2 szkl.

Krok 1.

Schab umyj i osusz. Długim nożem natnij go wzdłuż przez całą długość. Natrzyj solą, tymiankiem i pieprzem. Skrop sokiem z cytryny. Zawień w folię aluminiową i włóż do lodówki. Śliwki sparz, a następnie namocz w rumie przez ok. 30 minut.



Krok 2.

Po tym czasie wyjmij mięso z lodówki i włóż w nacięcie odsączone z rumu śliwki, aż wypełni się cała kieszeń zrobiona w mięsie. Tak przygotowane mięso obsmaż na 3 łyżkach oleju z każdej strony na złoty kolor, a następnie wstaw do piekarnika i piecz ok. 60 minut w temperaturze 180°C.



Krok 3.

Ziemniaki obierz, umyj i pokrój w ósemki. Obsyp solą, suszonym tymiankiem i rozmarynem, obtocz w oleju. Wstaw do piekarnika rozgrzanego do 180°C na ok. 40 minut.



Krok 4.

Grzyby umyj dokładnie w ciepłej wodzie, a następnie namocz przez ok. godzinę. Ugotuj je razem z obraną cebulą w wodzie, w której były namoczone. Gdy będą miękkie, odcedź (nie wylewaj wywaru). Wyrzuć cebulę, a grzyby pokrój w cienkie paseczki. Na suchą patelnię wsyp mąkę i zrumień ją na ciemnozłoty kolor. Dodaj masło i cały czas mieszaj, aż zrobi się zasmażka. Następnie dodaj zimny wywar z grzybów i dopraw do smaku solą i pieprzem. Wsyp posiekane grzyby i krótko podgrzewaj. Jeśli sos okaże się zbyt gęsty, rozrzedź go wodą. Sos grzybowy możesz podać do smażonej wigilijnej ryby lub pierogów. Schab podawaj pokrojony w plastry i polany sosem. Obok ułóż ziemniaki oraz ćwikłę z chrzanem. Smacznego!

