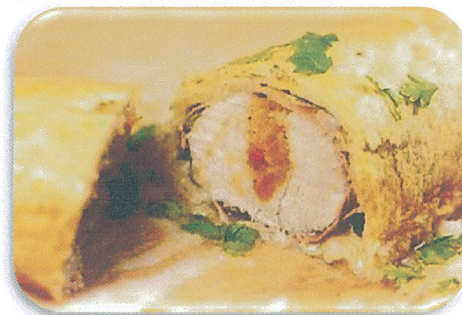


Duszony schab nadziewany morelą w sosie miodowym

Lista produktów:

- 1 kg schabu wieprzowego bez kości
- 7 dag suszonych moreli (ok. 12 sztuk)
- 100 ml miodu
- 2 łyżeczki mąki ziemniaczanej
- 1,5 szklanki wody
- 5 łyżek oleju
- przyprawy; sól i pieprz



Dekoracja:

- Sałata strzępiasta
- pomidorki koktajlowe
- morele
- szczypiorek

Przygotowanie:

1. Mięso myjemy. Mięso przekłuj wzdłuż na wylot końcówką drewnianej łyżki. Powstały otwór wypełnij suszonymi morelami.
2. Z wierzchu mięso natrzyj solą i pieprzem.
3. Piekarnik nagrzej do temperatury 170 st. C.
4. Schab włóż do naczynia żaroodpornego, polej olejem i wstaw do piekarnika. Piec około 50 minut.
5. Pod koniec pieczenia podlać 1 szklanką wody.
6. Wyjmij pieczeń z piekarnika. Wywar z pieczeni przelej do garnka.
7. Dodaj miód, dopraw solą i pieprzem.
8. Zagęścić mąką ziemniaczaną wymieszaną w połowie szklanki zimnej wody. Schab pokrój w plastry i polej sosem.
9. Udekorować i podawać. Najlepiej podawać z ziemniakami z wody i drobno posiekanym koperkiem.

Notatki:
