

# bitki schabowe w sosie cebulowo - jabłkowym



Autor: **Ewaaa**

Przepisów: **143** Ocena: **8452**



3-4 os.



60 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 6 - 7 sztuk 1,5 centymetrowych plastrów schabu bez kości
- 3 duże cebule, 1 szklanka wody
- 1,5 szklanki soku jabłkowego, 1 małe winne jabłko (opcjonalnie)
- 0,5 łyżeczki soli, 1 liść laurowy
- 4 ziarenka ziela angielskiego, 1 łyżeczka słodkiej papryki
- 1 łyżeczka majeranku, 2 szczypty chili (opcjonalnie)

## Sposób przygotowania:

- 1 Mięso dokładnie umyć, osuszyć, rozbić lekko. Posypać solą i pieprzem, odstawić na 30 minut do lodówki.

Po tym czasie każdy plaster obsmażyć na oleju, na średnim ogniu z dwóch stron, przełożyć do rondla.



- 2 Cebulę pokroić w piórka, zeszklić na tym samym oleju co wcześniej mięso, dodać ją do bitek. Mięso zalać sokiem jabłkowym i wodą, dodać przyprawy. Gotować na małym ogniu do miękkości, u mnie około 45 minut. W połowie gotowania można

dodać obrane i pokrojone w ósemki jabłko. Kiedy mięso będzie już miękkie, ewentualnie uzupełnić sos gorącą wodą, doprawić i ponownie zagotować.

UWAGA: Sos można zmiksować blenderem aby był gęsty.



Twoje notatki do przepisu: