

Pieczony schab w sosie własnym



Autor: **minnie**
Przepisów: **40** Ocena: **679**

 1-2 os.  > 60 min  łatwe  dostępne

Składniki:

- 4 plastry schabu bez kości
- 1 cebula
- 1 łyżka mąki + do obtoczenia
- sól, pieprz
- liść laurowy, ziele angielskie
- 4 łyżki masła/margaryny
- woda

Sposób przygotowania:

- 1 Schab pokrój z tłuszczu (ja nie lubię to obkroiłam ale jak ktoś lubi może zostawić), lekko rozklep ręką i posól. Do garnka daj 3 łyżki tłuszczu, mięso obtocz w mące (bardzo niewiele mąki) i wrzuć żeby się zrumieniło (ok. 3 min z jednej strony). Kiedy mięso będzie już gotowe przełóż je do naczynia żaroodpornego a do garnka wrzuć pokrojoną w pół talarki cebulę i zrumień ją. Kiedy będzie gotowa przełóż na mięso, ponieważ to co najlepsze zostało w garnku nalej ok. szklanki wody i zagotuj, mieszając zbieraj wszystko ze ścianek do powstającego sosu. Wlej wszystko do naczynia żaroodpornego, dorzuć łyżkę masła i zakryj (woda nie musi zakrywać mięsa). Wstaw naczynie do piekarnika ustawionego na 160 stopni (termoobieg) na 45 min. Po tym czasie obróć mięso, dodaj liście laurowego i ziele angielskie (ja dałam 1 listek i 2 ziela) wstaw z powrotem do piekarnika na 45 min.
Gotowe mięso przełóż z powrotem do garnka w którym smażyłaś/eś mięso wlej cały sos i chwilę podgotuj. Dopraw do smaku solą i pieprzem (ja dałam jeszcze łyżeczkę vegety). łyżkę mąki zarób odrobiną zimnej wody i gorącym wywarem (żeby zahartować mąkę żeby nie zrobiły się grudki) wymieszaj na gładko i wlej do sosu. Smacznego.

Podawałam mięso z ziemniaczkami i sałatką coleslaw.

Twoje notatki do przepisu: