

Schab a'la stek ;)



Autor: **Tosca**
Przepisów: **87** Ocena: **2372**

 1-2 os.  15 min  łatwe  tanie

Składniki:

- kotlety schabowe (nierozbijane) 2-4 szt
- cebula 1szt
- sos sojowy 1 łyżka
- musztarda 1 łyżka
- olej 2-3 łyżki
- pieprz ziarnisty zielony lub czarny
- pieprz i sól

Sposób przygotowania:

- 1 Olej, sos sojowy, pieprz ziarnisty mieszamy, obtaczamy w tym osolone i opieprzone kotlety, chowamy do lodówki.
- 2 Cebulę obieramy, kroimy w krążki lub pióra jak ktoś woli, ważne by kawałki były dość duże.
- 3 Kotlety obsmażamy z obu stron, dorzucamy cebulę, ewentualnie resztkę marynaty, dusimy chwilę pod przykrywką aż cebula zmięknie. Kotlety wyjmujemy na talerz, do cebuli z sosem (powinno go być kilka łyżek - jeśli zanadto odparował, możemy dodać ciut wody) dodajemy musztardę, mieszamy i gotowym sosem polewamy mięso.
Świetnie smakuje z kaszą, kuskusem lub razowym makaronem, ale mogą też być ziemniaki.
Smacznego!

Twoje notatki do przepisu: