

schab na parze



Autor: **anetas197601**
Przepisów: **255** Ocena: **8517**

 3-4 os.  60 min  łatwe  przystępne



Składniki:

- 1/2 kg schabu
- sól, pieprz, zioła prowansalskie, przyprawa do gyrosa
- dodatki wg uznania

Sposób przygotowania:

- 1 Mięso umyć, lekko rozbić, posypać przyprawami i odstawić na ok 1 godz. żeby dobrze przeszło przyprawami.
Ziemniaki obrać umyć zalać zimną wodą i posolić wodę tak jak solimy ziemniaki z wody.
Odstawić.
Kalafiora umyć, posypać solą i odstawiamy.
Następnie odcedzamy ziemniaki i przekładamy do parowaru, to samo robimy z kalafiorem i mięsem. Nastawić parowar na ok. 30-45 minut. Smacznego
Bardzo dobre też wychodzą udka i inne mięsa, jedynie mnie osobiście wołowina z parowaru nie podchodzi.

Twoje notatki do przepisu: