

# Schab ze śliwką



Autor: **Karolina21**  
Przepisów: 7 Ocena: 11

 3-4 os.  15 min  średnie  przystępne

## Składniki:

- schab bez kości, 1,5 kg
- śliwki suszone, ok. 20 szt
- jałowiec owoce, 4 ziarenka
- liść laurowy, 3 listka
- Papryka słodka, 4 łyżeczki
- papryks ostra, 2 łyżeczki
- sól, 4 łyżeczki
- pieprz, 4 łyżeczki
- zioła prowansalskie, 4 łyżeczki
- olej, 8 łyżek

## Sposób przygotowania:

- 1 Zawsze kiedy zaczynam przygotowanie schabu ze śliwką zostawiam sobie to na wieczór żeby popołudniem następnego dnia mieć aromatyczne mięso i soczyste do pieczenia. Wszystkie przyprawy mieszam w misce i zalewam olejem. W schabie dziurkę robię zawsze tak samo. Ostro zakończony nóż wbijam w mięso i kręcę nim dopóki nie powstanie dziura i tą samą czynność powtarzam z drugiej strony. Wkładam śliwka za śliwką i obtaczam w marynacie. Zaklejam miskę folią spożywczą i zostawiam na noc.
- 2 Proces pieczenia jest prosty :) Schab z olejem i przyprawami wrzucam naczynia żaroodpornego i na 1,5 godz. temp. 200 st. czasami posmaruje miodem schab ale to trzeba lubić. Smacznego!!! :]

## Twoje notatki do przepisu: