




Schab pieczony w rękawie

 Tylko z Natury

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

1-1,5 kg schabu bez kości -

1 łyżeczka soli morskiej -

2 łyżki majeranku -

1 czubata łyżeczka wędzonej papryki -

1 łyżeczka grubo mielonego pieprzu -

7 ziarenek jałowca -

3 ząbki czosnku -

3 łyżki oleju -

3 łyżeczki sosu Worcestershire -

3 liście laurowe -

olej do obsmażenia mięsa -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Schab umyć i osuszyć. Ziarenka jałowca rozgnieść i wsypać do miseczki, dodać 3 ząbki czosnku roztarte na gładką pastę ze szczyptą soli. Następnie dodać pozostałe składniki marynaty (sól morską, majeranek, wędzoną paprykę, sosu Worcestershire, pieprz, olej i wymieszać. Natrzeć mięso marynatą i włożyć do szczelnego pojemnika, przykryć i wstawić do lodówki na kilka godzin lub całą noc.

Obsmażyć mięso ze wszystkich stron na gorącym oleju . Włożyć mięso do rękawa. Wlać 4 łyżki wody i włożyć liście laurowe. Zamknąć rękaw do pieczenia i umieścić go w naczyniu żaroodpornym, wstawić do piekarnika. Piec mięso przez 60 minut (1kg mięsa = godzina pieczenia). Po godzinie ostrożnie rozciąć rękaw od góry i rozwinąć tak, żeby nie wypłynął sok z pieczenia i podpiec mięso przez 10 min. Wyjąć mięso z piekarnika i odstawić na 10 min. , jeśli ma być podane na gorąco lub zostawić do wystudzenia - będzie pyszne na zimno z chrupiącym pieczywem.