Szynka gotowana

Tylko z Natury

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

0 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- szynka surowa bio - Wasąg - 2 kg
- czosnek bio - 8 ząbek
- cebula bio - 2 szt.
- majeranek bio - Lebensbauma - 2 łyżka
- pieprz czarny mielony bio - Lebensbauma - 1 łyżeczka
- liść laurowy bio - Lebensbauma - 4 szt.
- ziele angielskie bio - 5 szt.
- rozmaryn bio - 1 łyżka
- papryka słodka bio - Lebensbauma - 1 łyżeczka
- chilli bio - Lebensbauma - szczypta
- oliwa z oliwek bio - Bio Planete - 1 kieliszek
- sól morska bio - 1 kieliszek
- cukier trzcinowy bio - Bio Planet - 1 kieliszek

Dodatkowe info:

Wywar może nam służyć jako baza do sosów lub zup.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do miseczki wlewamy oliwę następnie dodajemy wszystkie przyprawy, mieszamy po czym nacieramy mięso i wkładamy do gęsiarki lub garnka. Cebulę i czosnek obieramy z łupin, kroimy w plastry, obkładamy mięso - zostawiamy na minimum 4 godziny w lodówce.
Mięso zalewamy w gęsiarce lub garnku, w którym się marynowało dwoma litrami wody i gotujemy przez 10 minut od chwili zagotowania. Studzimy. Odstawiamy w wywarze na ok. 6 godzin.
Następnie znowu gotujemy przez 10 minut od momentu zagotowania i odstawiamy do wystudzenia na ok. 4 godz., po czym sprawdzamy czy szynka jest miękka długą wykałaczką. Jeżeli jest jeszcze twarda procedurę powtarzamy, tym razem gotując tylko 5 minut od chwili zagotowania i studzimy w wywarze.
Szynkę wyjmujemy z wywaru, zawijamy w folię i wkładamy do lodówki by nam się nie zsychała.