Schab w ziołach

Bożena1960

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

70 min

5 porcji

Składniki:

- schab bez kości - 1 kg
- seler naciowy łodyżki) - 2 kawałek
- szarlotki - 3 szt.
- ząbki czosnku - 2 ząbek
- oregano - 2 łyżeczka
- tymianek - 2 łyżeczka
- pieprz grubo mielony - 1 łyżeczka
- pietruszka zielona - 1 pęk
- oliwa - 3 łyżka
- oliwa do naczynia żaroodpornego - 2 łyżka
- sól - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Marynata do schabu;
Szarlotki obrać i drobno posiekać, włożyć do większej miski,dodać posiekaną natkę pietruszki i drobno pokrojony seler naciowy oraz rozgniecione ,pokrojone ząbki czosnku.
Dodać oregano, tymianek oraz grubo zmielony pieprz.
Całość dobrze wymieszać.
Umyty i osuszony schab wysmarować oliwą , obtoczyć w marynacie i odłożyć na 15 minut w chłodne miejsce.
Tak przygotowane mięso położyć na ruszcie i włożyć do nagrzanego piekarnika do 240 stopni.C
Pod ruszt włożyć naczynie żaroodporne z odrobiną oliwy.
Piec około 20 minut, następnie zmniejszyć temperaturę do 180 stopni i piec jeszcze około 40 minut.
Mięso wyjąć ,posolić i owinąć w folię aluminiową a następnie owinąć ściereczką.
Mięso odstawić na 10 - 15 minut.

Po wyjęciu mięsko pokroić w grubsze plastry.