



Tekst i zdjęcie: **klaudiszja** - Szef Kuchni (905)

Schab w kapuście kiszzonej

Przepyszny schab trochę inaczej niż zwykle.

Czas przygotowania: ponad godzinę

Stopień trudności: Średnie

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: pieczone

Liczba porcji: cztery

Składniki:

- schab , 1 kg
- kapusta kiszona, 0.75 kg
- cebula, 1 szt.
- sól, 0 szczypta
- pieprz, 0 szczypta
- ząbek czosnku, 4 szt.
- majeranek, 0 szczypta

Sposób przygotowania:

Schab natrzyj przyprawami i rozgniecionym czosnkiem. Odstaw na ok. 2 godziny, aby mięso nabrało aromatu. Obsmaż dokładnie ze wszystkich stron na rumiano. To pozwoli zatrzymać wilgoć w mięsie. Kapustę poszatkuj. Pokrój drobno cebulę i zeszklij na maśle. Dodaj do kapusty, wymieszaj, dodaj pieprz i majeranek, a następnie ugotuj w wodzie lub bulionie. Do żaroodpornego naczynia z przykrywką włóż mięso a następnie obłóż je kapustą. Wstaw potrawę do nagrzanego piekarnika (180 st. C) i duś 1,5 godziny. Po upieczeniu mięso jest bardzo wilgotne i delikatne. To jest po prostu pyszne!

