

SPRAWDZONY PRZEPIS NA

ZRAZY ZE SCHABU Z SOSEM

Składniki:

- 600 g schabu
- 4 ogórki konserwowe,
- 1 papryka
- 1 cebula,
- 3 ziarna ziela angielskiego
- kawałek słoniny (ok. 50-60 g),
- kilka łyżek musztardy,
- 4 ząbki czosnku,
- 3 listki laurowe,
- majeranek
- olej do smażenia,
- sól i pieprz,
- łyżka mąki

Sposób przygotowania:

Mięso pokroić na plastry o grubości około 1,5 centymetra. Każdy z nich rozbić przy użyciu tłuczka do mięsa, a następnie nasmarować musztardą, oprószyć majerankiem, solą i pieprzem i odstawić w chłodne miejsce na około pół godziny, by mięso się zamarynowało. Ogórki i paprykę pokroić w słupki, a cebulę w piórka. W podobny sposób pokroić także słoninę. Gdy mięso się zamarynuje, na środku każdego z nich ułożyć pasek papryki, ogórka, słoniny i podłużny kawałek cebuli, a następnie zwinąć w roladkę i zabezpieczyć krótkimi wykałaczkami. Każdy zraz obsmażyć na patelni na odrobinie oleju, by mięso lekko się przyrumieniło. Wszystkie zrazy przełożyć do rondelka i ciasno ułożyć. Zalać wodą tak, aby wszystkie były przykryte. Dodać liście laurowe, ziele angielskie, a także wyciśnięty w wyciskarce czosnek. Doprawić majerankiem, solą i pieprzem, a następnie przykryć pokrywką i dusić przez około godzinę, aż mięso będzie miękkie. Na koniec gotowania zagęścić sos łyżką mąki - rozmieszać ją z letnią wodą w kubku, a potem dodać kilka łyżek gotującego się wywaru i dobrze połączyć. Następnie wmieszać całość do sosu.

SMACZNEGO!!!