

ANIA STARMACH

Schab ze śliwkami i morelami

Co kupić?

- 1kg schabu bez kości
- 10 śliwek
- 10 moreli
- 2 marchewki
- 4 szalotki
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 2 łyżki miodu
- majeranek
- sól, pieprz

Jak przygotować?

1. Schab natnij po środku ostrym nożem, przekręć go, aby powiększyć otwór.
2. Wkładaj do niego naprzemiennie i pojedynczo śliwki i morele.
3. Czosnek drobno posiekaj, natrzyj nim schab, posyp go też majerankiem, solą i pieprzem.
4. Tak przygotowany schab obsmaż krótko z każdej strony na patelni.
5. Przełóż do naczynia żaroodpornego z pokrywką i włóż do piekarnika o temperaturze 180 stopni na 50 minut. Obok poukładaj obrane, pokrojone marchewki i szalotki.
6. Po tym czasie ściągnij pokrywkę, a wierzch schabu polej miodem. Zapiekać jeszcze około 15 minut.