

## Karczek w ziołach



### ŁUKASZ15



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
1H



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>karczek</b>	1 kg
<b>oliwa</b>	
<b>sól i pieprz</b>	
<b>Zioła prowansalskie suszone Prymat</b>	
<b>Czosnek suszony Prymat</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso pokroić w plastry. Wysmarować oliwą i natrzeć przyprawami i ziołami. Na noc zostawić w lodówce. Upiec w piekarniku nagrzanym do 190 stopni. Podawać z surówką.