

Łopatka w sosie własnym



ANETA8185



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

łopatka wieprzowa	700 g
ziele angielskie	4 szt
Liść laurowy suszony Prymat	2 szt
Zioła prowansalskie suszone Prymat	
olej	
woda	100 ml
sól	
pieprz	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Łopatkę myjemy, osuszamy i kroimy na mniejsze kawałki. Na dno naczynia żaroodpornego wylewamy olej, układamy na nim kawałki łopatki.
- KROK 2 Dodajemy liście laurowe i ziele angielskie, przyprawiamy solą i pieprzem. Na koniec mięsko podlewamy wodą.
- KROK 3 Wstawiamy na 10 minut do piekarnika nagrzanego do 220 C. Następnie naczynie przykrywamy pokrywką i zmniejszamy temperaturę do 180 C. Pieczemy, aż mięso będzie miękkie czyli ok. 1 godzinę. W trakcie pieczenia łopatkę obracamy na drugą stronę.
- KROK 4 Podajemy do obiadu polaną otrzymanym sosem.