

## Schab pieczony w rękawie



**JANINA**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>schab bez kości</b>	1,50 kg
<b>Papryka słodka mielona Prymat</b>	3 łyżeczki
<b>Zioła prowansalskie suszone Prymat</b>	3 łyżeczki
<b>czosnek</b>	4 ząbki
<b>Przyprawa do mięs Prymat</b>	2 łyżeczki
<b>kminek Prymat</b>	3 łyżeczki
<b>olej</b>	4 łyżki
<b>Sól ziołowa jodowana Prymat</b>	1 łyżeczka
<b>Pieprz czarny mielony Prymat</b>	1 łyżeczka
<b>sól</b>	1 łyżeczka

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso wymoczyć dokładnie wymyć, osuszyć. Czosnek obrać i posiekać albo przecisnąć przez praskę, przygotować marynatę z podanych składników. Mięso nakłuć szpikulcem i dokładnie natrzeć marynatą, ułożyć w naczyniu,, zawinąć folią i wstawić do lodówki minimum na dobę celem zamarynowania. Piekarnik nagrzać , mięso włożyć do rękawa do pieczenia, posypać kminkiem i piec ok. 1,5 godziny w temperaturze ok.190 st.C. Podawać na gorąco lub na zimno jako wędlina. Smacznego :)