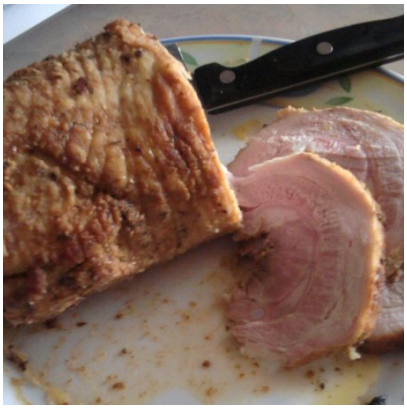
Rol-Boczek



POLLY66

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

miód lipowy

olej

boczek 2kg surowy bez kości

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso umyć i osuszyć. Najlepiej jeśli jest to duży prostokątny (nie za gruby kawałek). Ewentualnie przekroić wzdłuż jak książkę. Przyprawę wymieszać w 1,5łyżki miodu i łyżką oleju. Dokładnie natrzeć mięso i schować do lodówki na 2godziny. Zamarynowane mięso zwinąć w roladę i włożyć do siatki pieczeniowej. Gotowe przełożyć do naczynia żaroodpornego i wstawić do nagrzanego do200stopni piekarnika.Po10min zmniejszyć temp.do180 i piec ok.2h. W trakcie pieczenia obracać mięso i polewać wytworzonym tłuszczem.