Schab nadziewany szpinakiem

ILONAALBERTOS

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
5+

SKŁADNIKI

szpinak(najlepiej mrożony)	20 dag
jajko	1 sztuka
czosnek	1 ząbek
masło	2 łyżki
schab	1 kg

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso należy umyć, następnie osuszyć, przekroić wzdłuż zostawiając 1 cm nie przeciętego mięsa tak, aby po rozłożeniu powstał jeden duży płat. Mięso natrzeć solą i pieprzem. Szpinak ugotować z masłem i roztartym czosnkiem, następnie zdjąć z ognia, wbić do niego jajko i dokładnie wymieszać(można zmiksować). Mięso rozłożyć, posmarować je farszem i zawinąć w roladę, związać je sznurkiem kuchennym, posypać ziołami prowansalskimi i przełożyć do naczynia żaroodpornego wysmarowanego masłem, po czym podlać odrobiną oliwy i piec przez około 1,5 godziny w temperaturze 200 stopni.
Oprócz ziół prowansalskich można użyć także majeranku pub innych ziół.