

Pieczony schab z kością z puree dyniowym



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

schab z kością	4 kawałki
czosnek	1 ząbek
dynia	1 szt. (piżmowa)
masło	100 g (bez soli)
mozzarella	125 g (kulka)
oregano	1/2 łyżeczki
rozmaryn	1/2 łyżeczki
Pieprz czarny mielony Prymat	1/2 łyżeczki
bazylia	1/2 łyżeczki
miód lipowy	1 łyżka
cukinie małe	2 szt.
por	1 szt.
anyż	2 gwiazdki
oliwa	2 łyżki
Owoc jałowca cały Prymat	2 szt.
parmezan starty	100 g

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kawałki schabu myjemy, osuszamy obsypujemy oregano, bazylią, rozmarynem, dodajemy anyż i owoce jałowca. Odstawiamy mięso do lodówki na godzinę.

Dynię obieramy, kroimy w kostkę i gotujemy do miękkości (najlepiej sprawdzić wykałaczką). Do dyni dodajemy 3 łyżeczki masła, miód, oregano i bazylię. Wszystkie wymienione składniki łączymy ze sobą za pomocą blendera.

Pora i cukinię tniemy obieraczką do warzyw i umieszczamy na patelni z 3 łyżeczkami masła.

Przykrywamy pokrywką warzywa i dusimy je około 7 minut, mieszając kilkakrotnie. Pod koniec dodajemy kulę mozzarelli pokrojoną w kawałki.

Schab wyjmujemy z lodówki i grillujemy na suchej patelni z każdej strony do zrumienienia mięsa.

Każdy kawałek zawijamy w folię aluminiową, uprzednio skrapiając go odrobiną oliwy. Mięso pieczemy przez 20 minut w temperaturze 180 stopni.

Wszystkie składniki układamy na talerzu i posypujemy odrobiną parmezanu.

PRZEPIS POCHODZI OD [GACA SYSTEM](#)