

Schab duszony z warzywami



Schab środkowy, chudy i bardzo kruchy, w wersji duszonej, smakuje wręcz wybornie z dodatkiem surówek i ryżu.

Składniki:

- 6 kotletów schabowych (ze schabu środkowego)
- 4 pomidory
- kilka dużych pieczarek lub kilkanaście mniejszych
- pół strąka czerwonej papryki
- cebula dymka wraz ze szczypiorkiem (pęczek)
- olej do smażenia
- trochę masła do smażenia
- sól i pieprz

Wykonanie:

1. Kotlety myjemy, osuszamy papierowym ręcznikiem, obsypujemy solą i pieprzem, odstawiamy na pół godziny.
2. Pomidory obieramy ze skórki i kroimy w kostkę.
3. Paprykę kroimy w cienkie paski.
4. Cebulę dymkę kroimy w cienkie talarki, szczypior na drobno.
5. Większe pieczarki kroimy na cztery części, mniejsze na pół.
6. Na mocno rozgrzanym oleju obsmażamy kotlety (na średnim ogniu, na rumiano z obu stron). Zdejmujemy z patelni i wkładamy do garnka.
7. Na tłuszcz po mięsie wrzucamy pomidory, przesmażamy 7-8 minut, dodajemy do mięsa.
8. Na patelnię wrzucamy paprykę i dymkę ze szczypiorkiem, przesmażamy 7-8 minut, dodajemy do mięsa.
9. Na patelni rozgrzewamy masło, wrzucamy pieczarki. Smażymy na mocnym ogniu, póki nie puszczą wody. Gdy woda wyparuje, zmniejszamy ogień i smażyemy pieczarki, aż się zrumienią. Dodajemy je do mięsa.
10. Wszystko razem mieszamy, po czym dolewamy do mięsa ciepłej wody, tyle, by nie zostało ono całkowicie przykryte. Wstawiamy na mały ogień i dusimy pod przykryciem około 15 minut, od czasu do czasu mieszając.
11. Podajemy z ryżem, kaszą bądź puree ziemniaczanym.

Karkówka z grilla



Wprawdzie jest to już właściwie koniec sezonu grillowego, ale ponieważ wrzesień nie dał nam zapomnieć o lecie, postanowiłam jeszcze wrzucić na zakończenie pięknej pogody przepis na bardzo prostą i przepyszną karkówkę z grilla. Przygotowuje się ją bardzo łatwo i szybko, dość prędko się również smaży. Polecam podawać z frytkami i sosem czosnkowym - pycha :)

Składniki:

- 1kg schabu karkowego bez kości
- sól
- pieprz
- czosnek granulowany
- olej

Wykonanie:

1. Mięso myjemy, osuszamy papierowym ręcznikiem i kroimy w grubsze plastry (grube na około 2cm).
2. Plastry oprószamy solą, pieprzem i czosnkiem, rozgniatamy lekko dłonią i układamy w misce. Każdy skrapiamy olejem.
3. Miskę przykrywamy folią aluminiową i wstawiamy do lodówki na 2-3 godziny, a najlepiej na całą noc.

4. Smażymy na grillu do zrumienienia, najpierw na mocniejszym ogniu, później na słabszym, łącznie przez około pół godziny.

Schab po serową pierzynką



Pomysł na kotlet schabowy inaczej. W połączeniu z zapiekany żółty serem, zwykłe kotlety nabierają wyjątkowego smaku i aromatu.

Składniki:

- 5 kotletów schabowych
- 10 dag żółtego sera w kawałku (najlepszy jest ementaler lub gouda)
- trochę margaryny do smażenia
- czerwona papryka w proszku
- kilka płatków masła

Wykonanie:

1. Kotlety myjemy i osuszamy. Nie rozbijamy. Solimy oszczędnie, tylko do smaku, ponieważ ser sam w sobie jest lekko słonawy.
 2. Na rozgrzanej patelni roztopiamy łyżkę margaryny i smażymy na niej kotlety na złoto. Przekładamy do żaroodpornego naczynia.
 3. Ser ścieramy na tarce o drobnych oczkach, posypujemy nim kotlety tak, by całe były przykryte. Wierzch posypujemy papryką w proszku (użyłam słodkiej). Na każdym kotlecie układamy po dwa płatki masła.
 4. Zapiekamy w temperaturze 200-220 stopni Celsjusza ok. 15 minut do zrumienienia sera.
-