

Schab zupełnie inaczej

Chyba nikt nie zaprzeczy, że schab to najchętniej kupowany element tuszy wieprzowej. Tradycyjnie serwujemy go w postaci kotletów panierowanych. A przecież można inaczej.

Tym razem proponujemy przygotowanie efektownie wyglądających, nadziewanych schabowych poduszczek, które można wyczerować w kilku wersjach. Nadzienie zmieniamy zależnie od tego, co mamy aktualnie w lodówce. Panuje tu całkowita dowolność. Jako farsz możemy wykorzystać:

- pokrojone i przesmażone pieczarki, wymieszane ze startym żółtym serem;
- surową białą kiebasę i kawałek ogórka kiszzonego, pokrojonego w słupki;
- plaster szynki i plaster żółtego sera wędzonego, pokrojoną paprykę;
- plaster salami, kawałek suszonego pomidora i obrany ze skórki, pokrojony w paseczki ogórek konserwowy;
- drobno pokrojone oliwki wymieszane z fetą, doprawioną czosnkiem.

Schabowe poduszcзки nadziewane fetą

SKŁADNIKI:

50 dag dorodnego schabu bez kości, 10 dag sera feta, 5 dag oliwek bez pestek, ząbek czosnku, jajko oraz mąka i tarta bułka do panierowania, sól, pieprz, oliwa z oliwek do smażenia

- Mięso myjemy, osuszamy w papierowym ręczniku, wykrawamy plasty. Rozbijamy zwilżonym zimną wodą tłuczkiem na dość cienkie płaty (grubości ok. 5 mm), delikatnie oprószamy solą i pieprzem, odstawiamy na chwilę do lodówki.
- Przyrządzamy nadzienie: ser rozgniatamy widelcem, dodajemy drobno posiekane oliwki oraz przeciśnięty przez praskę ząbek czosnku. Całość dokładnie mieszamy.
- Na każdy kotlet nakładamy porcję nadzienia, składamy na pół, starannie sklejamy brzegi dociskając widelcem (tak jak pierogi). Uformowane na kształt półksiężyców poduszcзки panierujemy najpierw w mące, potem zanurzamy w rozmąconym jajku, a na końcu w tartej bułce. Następnie ponownie dociskamy brzegi.
- Na patelni rozgrzewamy oliwę z oliwek i smażymy na gorącym tłuszczu, rumieniąc z obu stron.

Wykładamy bezpośrednio z patelni na wygrzany talerz. Podajemy bardzo gorące, wspaniale chrupiące, z dodatkiem pieczonych z ziołami ziemniaków lub frytek. Dodatkowo dla każdego bukiet surówek albo warzyw gotowanych.

Ziemniaki pieczone w folii

SKŁADNIKI:

80 dag średniej wielkości ziemniaków, 2 łyżki oliwy z oliwek, tymianek, bazylia, estragon lub inne zioła, 6 dag masła, 1 ząbek czosnku, sól do smaku

- Umyte ziemniaki obieramy, płuczemy, dokładnie osuszamy, nakuwamy w kilku miejscach, skrapiamy oliwą, posypujemy tymiankiem i owijamy folią aluminiową.
- Układamy na blasze, wstawiamy do nagrzanego piekarnika. Pieczemy około 50 minut w temperaturze 200°C.
- Przygotowujemy masło czosnkowe: czosnek obieramy, rozcieramy z solą i mieszamy z masłem. Upieczone ziemniaki obieramy nacinamy, wkładamy do środka grudkę masła czosnkowego.

Romana Chojnacka
Studium Wiejskiego
Gospodarstwa Domowego
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu

