

Rolada ze schabu

Przepis dodany przez użytkownika trini6



rolada

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- schab bez kości - 1 kg
- sól pieprz -
- majeranek -
- fasola szparagowa - 30 dag
- żółty ser - kilka plasterków
- olej - 3 łyżka(i)

Etapy przyrządzania:

1.



Mięso opłukać w zimnej wodzie, odsączyć, osuszyć papierowym ręcznikiem, ostrym nożem rozkroić a prostokątny płat grubości ok 1,5 cm, opruszyć solą, pieprzem i majerankiem

2.



Fasolkę szparagową dokładnie opłukać, odciąć końce, wrzucić na lekko osolony wrzątek, obgotować 3 minuty, dokładnie odsączyć na sicie.

3.

Na przygotowanym płacie mięsa rozłożyć plastry sera żółtego na nm położyć pokrojoną na kawałki obgotowaną fasolkę.

4.



Mięso zawinąć w dość ścisłą roladę, obwiązać sznurkiem, ułożyć w brytfannie, posmarować olejem.

5.

Piec ok 1,5 godziny w piekarniku o temp 200 C

