




Czosnkowy schab

Niesamowity schab w czosnku, łatwy w przygotowaniu i soczysty w smaku.

 Czas na High: 3H

 Czas na Low: 6H

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- 1,4 kg schabu
- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżeczka papryki, słodkiej lub wędzonej
- ½ łyżeczki cebuli w proszku
- ¼ łyżeczki świeżo zmielonego pieprzu
- ⅓ szklanki bulionu z kurczaka
- 4 łyżki stołowe oliwy z oliwek
- 3 łyżki octu balsamicznego
- 5 ząbków czosnku, przeciśniętych przez praszkę
- ½ łyżki stołowej przyprawy włoskiej
-



Wykonanie:

Osusz wieprzowinę papierowymi ręcznikami. Połącz sól, paprykę, cebulę w proszku i czarny pieprz w małej misce wymieszaj, do połączenia składników. Wetrzyj mieszankę przypraw w schab.

Dodaj 1 łyżkę oliwy z oliwek na dużą patelnię dodaj wieprzowinę i obsmażaj przez kilka minut z każdej strony, lub do uzyskania złotego koloru.

W blenderze lub robocie kuchennym połącz pozostałą oliwę z oliwek, ocet balsamiczny i czosnek blenduj aż do połączenia i zgęstnienia. Dodaj włoską przyprawę i mieszaj przez kilka sekund, aby połączyć składniki.

Dodaj bulion z kurczaka do miski wolnowaru. Umieść polędwiczki wieprzowe w wolnowarze. Za pomocą pędzla do ciasta rozprowadź przygotowaną mieszankę balsamiczną po całym schabie. Przykryj wolnowar pokrywką i gotuj w trybie LOW przez 4 do 5 godzin lub w trybie HIGH przez 3 godziny.

Sprawdź, czy mięso jest gotowe, wkładając termometr w najgrubszą część mięsa wieprzowina jest gotowa, gdy temperatura wewnętrzna osiągnie 65°C.

Wymij wieprzowinę z wolnowaru i przełóż na deskę do krojenia przykryj folią i pozostaw na 10-15 minut przed pokrojeniem.