Pieczeń wieprzowa z sosem malinowym

Pieczeń wieprzowa z sosem malinowym jest doskonała na proszony obiad. Wygląda imponująco, smakuje wspaniale i można nią nakarmić tłum gości. Duży kawałek schabu naciera się solą, szałwią i pieprzem, a po upieczeniu podaje z ciepłym sosem owocowym.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

95 minut

LICZBA PORCJI:

10

SKŁADNIKI:

1 łyżeczka soli
1 łyżeczka suszonej szałwii
1 łyżeczka pieprzu
1,7 kg schabu wieprzowego

SOS
300 g mrożonych malin, rozmrożonych
300 g cukru
1/4 szklanki białego octu winnego

po 1/4 łyżeczki imbiru, gałki muszkatołowej i mielonych goździków
50 g mąki kukurydzianej
1 łyżka masła, roztopionego
1 łyżka soku z cytryny

PRZYGOTOWANIE:

1) Natrzeć mięso solą, szałwią i pieprzem. Ułożyć na ruszcie w brytfannie. Piec bez przykrycia 80 minut w temperaturze 180°C.

2) Odsączyć maliny, zachować sok. Dodać do soku tyle wody, aby uzyskać 3/4 szklanki płynu. Wymieszać w rondlu cukier z octem, przyprawami i 1/2 szklanki soku malinowego. Gotować bez przykrycia 10 minut.

3) Starannie rozrobić mąkę kukurydzianą z resztą soku malinowego. Wlać do rondla, zamieszać. Gotować 2 minuty, cały czas mieszając, aż sos zgęstnieje. Zdjąć z ognia. Dodać masło, sok z cytryny oraz maliny.

4) Przed pokrojeniem w plastry odstawić na 10 minut. Podawać z sosem malinowym.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

120 g mięsa zawiera: 366 kcal, 9 g tłuszczów (w tym 3 g NKT), 82 mg cholesterolu, 294 mg sodu, 41 g węglowodanów, 1 g błonnika, 31 g białka

Źródło zdjęcia: Adobe Stock