Pečený hřbet ze selátka s bylinkami

Obtížnost:

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 1h 5min
Celkový čas: 1h 40min , Porce: **4**

66 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: https://srecepty.cz/peceny-hrbet-ze-selatka-s-bylinkami

Příprava

Hřbety ze selátka opláchněte, osušte, zbavte přebytečné kůže a přendejte do pekáče. Nožem nařízněte ze shora do mřížky. Nakrájejte česnek na tenké plátky a vložte je do jednotlivých rýh v mase. Osolte, opepřete a navrch ozdobte snítky majoránky, tymiánu a estragonu. Přiklopte a vložte do trouby předehřáté na 180 °C asi na 30 minut. Poté odklopte, podlijte troškou vody nebo vývaru a pečte do měkka, dalších 30–40 minut.

Tip k receptu

Podávejte se šťouchanými bramborami nebo bramborami na „loupačku“ a hlávkovým salátem. Recept pochází z knihy Jezte česky.

Ingredience

- 2 hřbety ze selátka (1 kg)
- 4 stroužky česneku
- špetka soli
- špetka pepře
- špetka majoránky
- špetka tymiánu (Mateřídoušky obecné)
- špetka estragonu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Jaro, Maso, Rodina, Hlavní chod