

Przepisy



Rolada drobiowa ze szpinakiem w cieście francuskim

 30 min + pieczenie 25 min

 4 os.

 480 kcal/os.

 8,90 zł/os.

Lista zakupów

- filet z kurczaka - 1 kg
- ciasto francuskie mrożone - 1 opak.
- szpinak mrożony - 1 opak.
- śmietanka 30% - 50 ml
- masło - 1/4 kostki
- koper suszony - 1 opak.
- serek topiony śmietankowy - 100 g
- śmietana kwaśna 18% - 1/2 szklanki
- czosnek - 1 główka
- wczesne ziemniaki - 1 kg
- jaja - 1 szt.
- rzodkiewka - 1 pęczek
- ogórek szklarniowy średni - 1 szt.
- sól, pieprz

Krok 1.

Cienko rozklep umyty filet z kurczaka. Ciasto francuskie rozwałkuj na grubość 3 mm.



Krok 2.

Szpinak przesmaż na patelni z czosnkiem, solą i pieprzem. Dodaj śmietankę 30%, smaż przez 5 minut do odparowania wody.



Krok 3.

Rozwałkowane ciasto posmaruj serkiem topionym, wyłóż na nie rozklepany filet z kurczaka oraz przesmażony szpinak. Zawień w roladę i posmaruj roztrzepanym jajkiem. Wstaw do rozgrzanego do 175°C piekarnika na 25 minut. W tym samym czasie wstaw do gotowania na 20 minut młode ziemniaki. Zrób purée.



Krok 4.

Upieczoną roladę wyjmij z piekarnika i gorącą pokrój w plastry o grubości 3 cm (nożem z ząbkami). Rzodkiewkę oraz obrany ogórek zetrzyj na tarce na dużych oczkach. Dodaj śmietanę 18%. Dopraw solą i pieprzem do smaku. Ziemniaki połącz z masłem, posyp suszonym koperkiem. Do miseczki nałóż mizerię. Smacznego!

