

Przepisy



Kieszonki schabowe nadziewane pieczarkami i gorgonzolą z salsą z rukoli

 40 min + pieczenie 50 min

 4 os.

 510 kcal/os.

 7,60 zł/os.

Lista zakupów

- kotlety ze schabu o grubości
- ok. 2 cm - 4 szt. (ok. 600 g)
- suszone pomidory - 4 szt.
- kasza gryczana - 300 g
- konfitura żurawinowa - 1 słoik
- ser gorgonzola - 100 g
- szalotka - 1 szt.
- pieczarki - 150 g
- duża cebula biała - 1 szt.
- posiekana natka pietruszki - 2 łyżki
- ząbek czosnku - 3 szt.
- liście rukoli - 2 garście
- pomidor - 2 szt.
- oliwa z oliwek - 100 ml
- cytryna - 1/2 szt.
- masło - 2 łyżki
- posiekany koperek - 1 łyżka
- sól - 1/2 łyżki
- pieprz - 1/2 łyżki

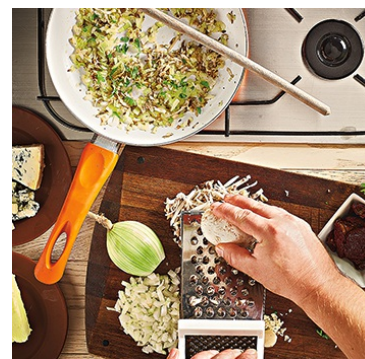
Krok 1.

Mięso umyj i osusz. Każdy kotlet delikatnie rozbij, a następnie przekrój na pół do 3/4 długości, aby powstały kieszonki. Przypraw solą i pieprzem, również wewnątrz kieszonki.



Krok 2.

Pieczarki umyj i zetrzyj na tarce o grubych oczkach. Cebulę i 2 ząbki czosnku obierz i drobno posiekaj. Na patelni rozgrzej masło i delikatnie podsmażaj na nim cebulę i czosnek, a następnie pieczarki. Dodaj natkę pietruszki. Całość dopraw solą i pieprzem. Ostudź i wymieszaj z serem pokrojonym w kostkę oraz drobno pokrojonymi suszonymi pomidorami.



Krok 3.

Każdą kieszonkę nadziej farszem i zepnij wykałaczkami. Rozgrzej na patelni 2 łyżki oliwy. Smaż mięso z każdej strony, a następnie przełóż je do żaroodpornego naczynia. Piecz w piekarniku rozgrzanym do 190 stopni przez ok. 40 minut.



Krok 4.

Rukolę umyj i włóż do wysokiego naczynia. Dodaj pozostałą oliwę, sól, pieprz i ząbek czosnku. Zmiksuj na gładki sos. Pomidory sparz, obierz ze skórki i pokrój w kostkę. Szalotkę pokrój. Z cytryny zetrzyj skórkę i wyciśnij sok. Wszystko dodaj do sosu z rukoli i delikatnie wymieszaj. Dopraw solą i pieprzem. Kaszę ugotuj według przepisu na opakowaniu, a potem przesmaż na łyżce roztopionego masła. Kieszonki podawaj polane salsą z rukoli, a kaszę posypaną posiekanym koperkiem na kleksie z konfitury żurawinowej. Smacznego!

