

Roladki z brokułami

data aktualizacji: 2019.05.16 autor: Redakcja



Składniki:

- 2 podwójne filety z kurczaka
- 1 brokuł
- 1 cebula
- 4 łyżki startego żółtego sera
- ½ szklanki oleju
- pieprz i sól
- vegeta do smaku
- 2 szklanki bulionu

Przygotowanie:

Każdą porcję mięsa rozbić i doprawić solą, pieprzem i vegetą. Brokuł oczyścić, podzielić na różyczki. Cebulę pokroić w kostkę, zeszklić na oleju i dodać brokuły. Chwilę dusić i dodać starty żółty ser. Wymieszać lekko, doprawić solą i pieprzem. Przygotowanym farszem smarować każdy płat mięsa. Zwinąć w rulon i spiąć wykałaczką. Gotowe roladki obsmażyć lekko na patelni, położyć do naczynia żaroodpornego, podlać rosółem (bulionem) i dusić w temperaturze 180 st. przez około 35 minut.

Podawać z pieczonymi ziemniakami.

Przepisem podzieliła się Jolanta Staszewska, sołtys Wólki Strońskiej i członkini zespołu „Marzenie”.

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/32016-roladki-z-brokulami>