

Pierś z ananasem



KOPER



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pierś z kurczaka	2 sztuka
ananas	2 plastry
ser żółty	4 plasterki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pierś z kurczaka pokroić na 4 kotlety. Kotlety te potłuc tłuczkiem do mięsa, ale nie za bardzo, żeby mięso się nie porwało. Każdy kotlet doprawić solą i pieprzem.

Plastry ananasa z puszki przekroić na połowę. Na środku każdego kotleta położyć kawałek ananasa i plasterkę żółtego sera. Zawinąć brzegi kotleta i połączyć je za pomocą wykałaczki. Tak powstałe \"prawie roladki\" położyć na patelni, dodać odrobinę oliwy i 1/3 szklanki wody. Patelnię przykryć pokrywką i dusić na małym ogniu ok 20 minut.

Po 20 minutach mięso już nie powinno być surowe, zlać z patelni pozostałą wodę i na jej miejsce wlać pół szklanki soku z puszki po ananasach. Smażyć aż sok zacznie karmelizować się.

Podawać roladki z pięknym słodkim bursztynowym sosem.