

roladki koperkowe



WIKTORIA29



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

udka z kurczaka	4 sztuki
farsz	
mięso wieprzowe	100 gram
filety z kurczaka	150 gram
koper świeży	2 łyżki
cebula	1/4 sztuki
czosnek ząbki	1 ząbek
Papryka słodka mielona Prymat	1/2 łyżeczki
sos	
śmietana 18 proc	1/2 szklanki
bulion	1 szklanka
koperek	1/2 szklanki
mąka pszenna	1 łyżka
sól do smaku	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Filet i wieprzowe mielimy z czosnkiem i cebulą. Zmielone mięso mieszamy z koperkiem, dodajemy szczyptę soli i pieprzu, wyrabiamy jak na kotlety mielone. Udka bez kości posypujemy słodką papryką. Na każdym układamy cienką warstwę farszu i zawijamy w rulon. Każdą z roladek zawijamy szczelnie w folię spożywczą i tak przygotowane gotujemy w wodzie około 30 minut. Przed podaniem wyjmujemy z folii.

sos:

3/4 szklanki bulionu podgrzewamy, resztę mieszamy ze śmietaną oraz mąką. Do gotującego się bulionu wlewamy mieszankę z mąką. Gotujemy chwilę, aż sos zacznie gęstnieć. Dodajemy posiekany koper. Doprawiamy solą i pieprzem do smaku.

Sosem polewamy ugotowane roladki.