

Roladki schabowe



KOPER



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

schab bez kości	4 kotlety
szpinak	100 g
szynka szwarcwaldzka	4 plastry
feta	20 g
suszone pomidory	4 sztuki
musztarda	2 łyżki
Musztarda francuska Prymat	2 łyżki
majonez	2 łyżki
kurki	40 g
masło	1 łyżka
sól	
pieprz	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kotlety schabowe dokładnie roztłuc tłuczkiem do mięsa- mają być cienkie.

Z musztard i majonezu robimy marynatę i smarujemy nią kotlety.

Kurki kroimy w kostkę i podsmażamy parę minut na roztopionym maśle, doprawiamy do smaku solą i pieprzem.

Na każdym kotlecie kładziemy plaster szynki, listki szpinaku pozbawione łydźek, pasek fety, jeden pomidor i część kurek. Zawijamy roladki i spinamy wykałaczkami, żeby się nie rozwinęły. Z wierzchu smarujemy resztą marynaty.

Kotlety możemy podsmażyć na patelni pod przykryciem na odrobinie tłuszczu, możemy zapiec w piekarniku, ja zrobiłam je na parze- przez 30 minut.

