

Roladki z sałatą i zielonym pesto



2MILUTKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Lista składników

filety z kurczaka	1 podwójny
sałata lodowa	4-5 liści
pesto	4 łyżeczki
mozzarella w kulce	1 sztuka
pieprz czarny mielony	do smaku
sól do smaku	

Panierka

jajka	2 sztuki
mąka pszenna	
bułka tarta	
olej do smażenia	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Fileta z kurczaka myjemy dzielimy na cztery porcje, rozbijamy delikatnie przez woreczek foliowy aby nie porozrywać mięsa, oprószamy solą i posypujemy utartym w młynku pieprzem,
- KROK 2 smarujemy zielonym pesto układamy pokrojoną w paski sałatę oraz ser mozzarella pokrojony na plastry,

KROK 3

zawijamy roladki, panierujemy w mące, rozkłóconym jajku oraz bułce tartej, smażyjemy na wolnym ogniu na oleju z każdej strony na złocisto. Podajemy z dowolnymi dodatkami.