

Roladki ze szpinakowym środkiem w szynce szwarcwaldzkiej



VIOLETOWEKUCHARZENIE



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Składniki:

filety z kurczaka	600 gramów
sól	1 szczypta
pieprz	1 szczypta
masło	1 łyżka
szpinak mrożony	300 gramów
ząbki czosnku	2 sztuki
ser feta	100 gramów
ser żółty	300 gramów
szynka parmeńska	100 gramów
pomidory w zalewie pomidorowej	1 puszka
cebule	1 sztuka
olej rzepakowy	2 łyżeczki
oregano	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

W garnku rozpuszczamy masło, dodajemy szpinak. Dusimy na wolnym ogniu do momentu odparowania wody. Do szpinaku dodajemy przeciśnięty przez praskę czosnek oraz pokrojony w drobną kosteczkę ser feta. Szpinak odstawiamy do przestudzenia.

Filet z kurczaka kroimy na płaty, rozbijamy tłuczkiem (jak na kotlety). Każdy płat mięsa przyprawiamy solą i pieprzem. Na każdym płacie rozkładamy szpinak z serem feta, na nim starty na bardzo małych oczkach ser żółty. Całość zwijamy w ciasną roladkę i owijamy dokładnie szynką szwarcwaldzką. Roladki układamy w naczyniu żaroodpornym.

Na patelni przesmażamy pokrojoną w kosteczkę cebulę. Gdy zmięknie wlewamy krojone pomidory i dusimy przez 10-15 minut. Doprawiamy solą, pieprzem i oregano. Pomidory z cebulką blendujemy na gładki krem. Jeszcze ciepłym sosem zalewamy mięso.

Całość pieczemy pod przykryciem w nagrzanym do 190 stopni w piekarniku przez 60 minut. Przed końcem możemy odstąpić roladki aby odparowała woda, a mięso ładnie się zarumieniło.