

Drůbeží rolky plněné špenátem

Kategorie: [Maso](#)

Autor: rebe



Suroviny

- 600 g kuřecích prsíček
- sůl a pepř dle chuti
- 4 větší stroužky česneku
- 450 g čerstvých špenátových listů nebo 150 g zmraženého špenátového protlaku
- 100 g strouhaného eidamu
- 150 g mrkve
- 150 g slaniny
- 0,2 l kuřecího vývaru

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Postup:

Z kuřecích prsíček uděláme osm řízků a přes potravinářskou fólii naklepeme do tenka. Fólii odstraníme, řízky osolíme, opepříme a potřeme prolisovaným česnekem. Umyté špenátové listy dáme na síto, přelijeme vařící vodou a necháme okapat; mražené špenátové listy necháme mírně rozmrazit a vodu jemně vytlačíme. Připravené špenátové listy potom rozložíme na řízky, osolíme, posypeme sýrem a na každý dáme tři kousky překrojené karotky. Řízky svineme a uložíme do vymaštěného pekáče těsně vedle sebe. Podlijeme vývarem, pokapeme olejem a ve vyhřáté troubě pečeme 20 - 25 minut. Asi pět minut před dopečením rolky obložíme plátky slaniny. Během pečení poléváme výpekem. Podáváme s bramborovou kaší a zeleninovým salátem.