

Kuřecí rolky se špenátem

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- maso kuřecí 400 g
- salám šunkový 4 plátek
- špenát 200 g
- niva 200 g
- dle potřeby olej na smažení 1 ks
- sůl a pepř podle chuti 1 ks

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Naklepeme si kuřecí plátky, osolíme je, opepříme a necháme chvíli odležet.

Mezitím si podusíme listový špenát s kapkou vody a nastrouháme sýr, eidam nebo nivu, podle toho, co nám chutná.

Každý kus masa poklademe nejprve plátkem šunky, poté vrstvou špenátu a sýra. Zarolujeme ho tak, aby nám při smažení nevytekl sýr. Můžeme si pomoci například párátkem nebo nitkou.

Rolky smažíme na oleji a podáváme nejlépe s rýží nebo s bramborami.