

Roladki drobiowe z brokulami

Autor: **agulam22**Przepisów: **105** Ocena: **6554**

3-4 os.



60 min



średnie



przystępne



Składniki:

- piersi z kurczaka, 2szt
- brokuł, 20dag
- masło, 19g
- sól, szczypta
- pieprz, szczypta
- olej, 1łyżeczka
- kucharek, szczypta

Sposób przygotowania:

- 1 -piersi rozbić bardzo cienutko i ułożyć w jeden płat posolić i popieprzyć -brokuły ugotować w osolonej wodzie , odsączyć i rozdrobnić widelcem - następnie brokuły rozłożyć równomiernie na piersi i położyć na nich masło -mięso zawinąć w roladę ,posmarować olejem i posypać kucharkiem piec ok 45min w piekarniku nagrzanym do 200 stopni SMACZNEGO

Twoje notatki do przepisu: