



Rolada z jajecznicą i szpinakiem



Sposób przygotowania

Filety pokroić na plastry, lekko rozbić tak aby nie zrobić dziur. Mięso ułożyć na folii spożywczej lub aluminiowej na kształt prostokąta, zakładając kawałki jeden za drugi. Natrzeć przyprawami. Szpinak usmażyć na łyżce masła, doprawić czosnkiem, solą i pieprzem, a na końcu dokładnie wymieszać z serem topionym. Jajka roztrzepać i usmażyć na maśle jajecznicę. Na mięsie rozsmarować szpinak a obok jajecznicę. Całość zwinąć w roladę, jeśli trzeba to obwiązać bawełnianą nitką. Blaszke do pieczenia mięsa posmarować olejem i ułożyć roladę. Piec około 40 minut w 200°C. Po upieczeniu odczekać kilka minut przed krojeniem. Smacznego!

Składniki

- 700 g fileta z kurczaka
- 150 g mrożonego szpinaku
- mały trójkącik sera topionego
- 2 łyżki masła
- 5 jajek
- ząbek czosnku
- sól, pieprz
- słodka i ostra papryka
- łyżka oleju