

Salatka z roladami miesnymi

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [onlygabi](#), dnia 12 Stycznia 2014r. o 22:37

Tagi: [schab](#), [papryka](#) [sałata](#)

Rodzaj dania: [sałatki](#), [surówki](#)

Rodzaj kuchni: [polska](#)

Region pochodzenia: [cała Polska](#)

Rodzaj mięsa:

Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
sałata - mix	1	opakowanie	warzywa
papryka czerwona	1	szt.	warzywa
wieprzowina - kotlet schabowy	2	szt.	mięsa
olej lub oliwa dowolna	2	łyżka	płyny i sosy
ocet balsamiczny	1	łyżka	płyny i sosy
kiełki rzodkiewki	1	garść	warzywa
cukier brązowy	1	łyżka	dodatki
przyprawy do smaku	1	łyżka	przyprawy i zioła

Opis

Kotlety rozbić, przyprawić solą pieprzem i czerwoną papryką i ziołami.

Paprykę czerwoną pokroić w drobną kosteczkę.

Ułożyć na schabowe, zwinać w rulon i spiąć wykałaczkami.

Usmażyć na oleju.

Pokroić w plasterki.

Mieszankę sałat wymieszać z kiełkami.

Z Oleju Beskidzkiego, octu, cukru i ziół zrobić sos.

Polać sałatkę i na wierzch ułożyć roladki schabowe.

Smacznego.



Dla ilu osób: 4

Danie dietetyczne: nie

Poziom skomplikowania: średnio skomplikowane

Czas przygotowywania: 1godz. 10min.

Cana:

Liczba kalorii: