

MINI ROLADKI Z INDYKA Z PARÓWKĄ

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [onlygabi](#), dnia 18 Stycznia 2014r. o 21:53

Tagi: [parówki indyk](#)

Rodzaj dania: [mięsa](#)

Rodzaj kuchni: [polska](#)

Region pochodzenia: 0

Rodzaj mięsa: [drób](#)

Składniki przepisu

| Nazwa | Ilość | Miara | Kategoria produktu |
|--------------------------------|-------|----------|--------------------|
| indyk - filet | 3 | szt. | mięsa |
| wędlina - parówki drobiowe | 3 | szt. | mięsa |
| szpinak baby | 1 | garść | warzywa |
| ser żółty dowolny | 3 | plaster | nabiał |
| lubczyk świeży | 1 | łyżeczka | przyprawy i zioła |
| papryka słodka | 1 | szczypta | przyprawy i zioła |
| kostka rosółowa mięsna dowolna | 1 | szt. | przyprawy i zioła |

Opis

Filety umyć, rozbić tłuczkiem do mięsa. Nasmarować przyprawami, ułożyć na filecie szpinak. Następnie plasterki żółtego sera i parówkę.
Zawinąć w roladkę i spiąć wykałaczkami. Tak przygotowane roladki obsmażyć na gorącym tłuszczu z obu stron. Włożyć do garnka, dodać wody i kostkę rosółową i dużyć aż mięso będzie miękkie.
Smacznego.



Dla ilu osób: 3

Danie dietetyczne: nie

Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania

Czas przygotowywania: 0godz. 0min.

Cana:

Liczba kalorii: