

Предлагаем простой в приготовлении рецепт рулетиков из куриного филе. Их можно рекомендовать, как для праздничного стола, так и для домашнего ужина.



Куриная грудка получается сочной, гармонично сочетающейся с ананасами и сыром. Внешний вид готового блюда аппетитный и красивый.

Состав:

- 3 штуки куриного филе;
- 20-50 грамм консервированных ананасов;

- 20-50 грамм твердого сыра;
- 1-2 столовые ложки майонеза;
- Соль и перец – по вкусу.

Способ приготовления:

Помойте куриное филе. Разрежьте каждое филе вдоль на три части. У Вас получится 3 кусочка мяса, как для отбивной, из каждого филе. Слегка отбейте каждый кусочек молоточком. Посолите, и поперчите подготовленное мясо с двух сторон. Затем смажьте его майонезом, также с двух сторон.

Порежьте ананасы мелкими кубиками и смешайте с натертым сыром. Сыр лучше использовать не менее 50% жирности. Менее жирный сыр может не расплавиться.

На край подготовленного мяса выложите часть начинки и сверните его трубочкой, сформировав рулетик из каждого кусочка. У Вас получится 9 рулетиков. Подготовленные рулетки плотно положите в форму (предварительно смазанную небольшим количеством масла). Их верх еще раз смажьте майонезом и запекайте в духовом шкафу приблизительно 25-30 минут. Затем верх каждого рулетика посыпьте натертым сыром. И поместите их повторно в духовой шкаф на время, достаточное для плавления сыра.

Готовые рулетки вкусны, как в горячем, так и в холодном виде.

Приятного аппетита!

Шульженко Н.В.