

Rolada z indyka ze szpinakiem

Przepis dodany przez użytkownika patryshia

Pyszne danie na pore obiadową.

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- Pierś z indyka -
- 40 dag mrożonego szpinaku -
- 2 jajka -
- pół szkl. jogurtu naturalnego -
- 4 łyżki mąki -
- cząbrer -
- łyżeczka miodu -
- pęczek koperku i sól -

Etapy przyrządzania:

1. Szpinak włożyć do rondla i delikatnie podgrzewać, aż się rozmrozi i odparuje. Dodać łyżkę mąki, wymieszać, przyprawić solą i cząbrem. Mięso umyć, zemleć, wymieszać z łyżką mąki, przyprawić solą. Żółtka oddzielić od białek. Z białek ubić sztywną pianę i razem z żółtkami dodać do szpinaku. Delikatnie wtmieszać. Na obsypanej mąką desce uformować z masy mięsnej prostokąt, rozłożyć farsz, zawinąć. Roladę posmarować miodem, obłożyć fałżkami koperku, zawinąć w folię, piec około godziny w temperaturze 180 stopni.

