




## Roladka z pomidorami i czosnkiem niedźwiedzim

 Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

### Warto wiedzieć:

 60 min

 1 porcja

### Składniki:

filet z kurczaka - 1 szt.

musztarda miodowa - 1 łyżeczka

pieprz ziółowy - - do smaku

czosnek niedźwiedzi - - kilka listków

pomidory suszone - 4 szt.

pieczarki marynowane - 5-6 szt.

sól - - do smaku

olej - 1 łyżka

papryka mielona - - trochę

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Filet z kurczaka umyć, osuszyć papierowym ręcznikiem, zbić tłuczkiem przez folię. Oprószyć solą i pieprzem, posmarować musztardą.

**KROK 2:** Ułożyć liście niedźwiedziego czosnku, osączone suszone pomidory i pieczarki.

**KROK 3:** Zwinąć w roladkę, zawiązać nitką kuchenną. Oprószyć papryką i pieprzem, włożyć do foliowego rękawa, skropić olejem. Zawiązać rękaw, włożyć do naczynia żaroodpornego, folię nakłuć w kilku miejscach wykałaczką.

**KROK 4:** Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 stopni i piec około 35-40 minut.