Rolada drobiowa z cukinią i dynią

Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- filet z kurczaka - 1 szt.
- dynia - 10 dag
- cukinia mała - 1 szt.
- czosnek - 1 ząbek
- ulubiona przyprawa - do smaku
- pieprz - do smaku
- papryka mielona - do smaku
- sól - do smaku
- olej - 2 łyżka

Dodatkowe info:

Filet z kurczaka przyprawiony czosnkiem, nadziewany cukinią i dynią jest bardzo smaczny i efektownie wygląda.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dynię bez nasion pokroić w grube słupki i blanszować w wodzie z dodatkiem odrobiny soli, ostudzić, wyciąć gwiazdki wykrawaczem dekoracyjnym.

KROK 2: Cukinię umyć, pokroić na kawałki i wyciąć gwiazdki takim samym wykrawaczem jak z dyni.

KROK 3: W miejsce wyciętego miąższu z cukinii włożyć gwiazdki z dyni.

KROK 4: Umyte mięso osuszyć, rozbić tłuczkiem przez folię spożywczą. Oprószyć przyprawą jarzynka, pieprzem i natrzeć zmiażdżonym czosnkiem, ułożyć cukinię.

KROK 5: Zwinąć jak roladę, zasznurować nitką kuchenną. Ułożyć w formie, skropić olejem i odrobiną wody, posypać papryką i włożyć do nagrzanego piekarnika.

KROK 6: Piec około 40 minut w temp 190-200 stopni, polewając od czasu do czasu powstałym sosem. Z upieczonej rolady usunąć sznurek,

pokroić, podawać.