



Ролат од месо со семки и куркума

Декоративен ролат од мешано мелено и пилешко месо, во комбинација со зачини и семиња.



Вид на оброк: **Ручек**

Комплексност: **Средно**

Број на лица: **4 лица**

Време на подготовка: **до 30 минути**

Состојки:

За ПРВИОТ ДЕЛ ќе ви треба:

- 500 грама мешано мелено месо
- 1 парче сув леб
- 1 лажица мешан сув зачин
- 1 лажица буковец
- 1 лажичка бибер
- 1/2 главица кромид

За ВТОРИОТ ДЕЛ ќе ви треба:

- 500 грама пилешки гради
- 1/2 главица кромид
- 1/2 лажичка лук во прав
- 1 лажичка мешан сув зачин
- 1 лажица куркума
- 1/2 лажичка бибер
- 150 грама микс од семки (сончоглед, семки од тиква и сусам)

Чекор 1

За првиот дел, лебот измелете го и додајте го во месото. Изблендирајте го кромидот.

Додадете ги зачините, изблендираниот кромид, убаво измешајте ги и оставете ја смесата во фрижидер.

Чекор 2

За подготовка на вториот дел сомелете ги пилешките гради со сецко, па зачинете ги со лук во прав, мешан зачин, сол, бибер и куркума. Додајте го изблендираниот кромид и миксот од семки. Промешајте ја смесата убаво да се соедини.

Чекор 3

Меѓу две најлонски фолии ставете го меленото месо. Со сукало израмнете го да биде еднакво насекаде и формата да е правоаголна.

Истото направете го со пилешкото месо и потоа префрлете го над меленото месо. Завиткајте ролат, ставете го во тава и премачкајте го со масло.



Чекор 4

Печете на 180 степени 50 минути.

Почекајте малку да се излади за да пресечете правилни парчиња и сервирајте!

Совет

Во смесите може да додадете по едно јајце, или пак парченца сланина во смесата од пилешко месо.

Користени производи:



Делициа Ростер



Нутрибулет



Рачен блендер



Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.
Испрати го твојот омилен рецепт на www.moirecepti.mk