



Тробоен ролат со месо

Декоративен ролат од месо, со пиперки, блитва и јајца. Одличен за секоја трпеза.



Вид на оброк: **Ручек**

Комплексност: **Средно**

Број на лица: **4 лица**

Време на подготовка: **30-60 минути**

Состојки:

- 500 грама мелено месо
- 1 јајце
- 1/2 пакување прашок за печиво
- 1 лажичка црвен пипер

За ФИЛ ќе ви треба:

- 10 листови блитва
- 5 црвени пиперки
- 2 јајца (за кајгана)

Ќе ви треба и:

- по желба сусам, мешан сув зачин, сол, бибер, шарена сол

Чекор 1

Блитвата кратко обарете ја и оставете ја убаво да се исцеди. Листовите треба да останат цели.

Црвените пиперки испечете ги на најсилно во рерна, петнаесетина минути. Потоа излупете ги и исчистете ги.

Двете јајца изматете ги и направете кајгана, рамна како палачинка. Ако сакате добро да ја покриете цела површина на ролатот, може да направите и две кајгани, па да ги обликувате.

Чекор 2

Во меленото месо додадете го прашокот за печиво. Зачинете со сол, бибер, мешан зачин, црвен пипер, шарена сол и други зачини по желба.

Додадете и јајце и добро измесете.

Чекор 3

На фолија премачкајте масло, наросете сусам и расплескајте го месото внимателно во форма на правоаголник.

Чекор 4

Врз месото прво наредете ја блитвата по целата површина. Потоа ставете ја кајганата, а врз неа распоредете ги пиперките.



Чекор 5

Со помош на фолијата внимателно завиткајте ролат. Ставете го ролатот во тавата, покријте го со фолија и попрскајте го со малку вода.

Печете 30 минути на 200 степени, потоа извадете ја фолијата и печете уште 30 минути на 180 степени.

Совет

Пред да сервирате, почекајте ролатот да се олади за да може да исечете правилни парчиња. Декорирајте по желба.

Користени производи:



Тава за пржење



Лонец



Округла тава



Ростер

delimano®

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