

Dewolaje z fasolką szparagową



Autor: **klaudia11098**
Przepisów: 112 Ocena: 428



1-2 os.



60 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- Filet z kurczaka 2 szt.
- Fasolka szparagowa 150 g
- Ser żółty 4 plastry
- Ryż 2 woreczki
- Jajko
- Bułka tarta
- Sól
- Pieprz
- Curry

Sposób przygotowania:

- 1 Fasolkę myjemy, usuwamy końce i gotujemy do miękkości w osolonej wodzie. Ryż gotujemy, odcedzamy i doprawiamy curry.
- 2 Filet z kurczaka myjemy i osuszamy. Jeśli jest gruby przecinamy w pół. Rozbijamy delikatnie tłuczkiem. Oprószamy pieprzem i solą.
- 3 Na każdy płat mięsa kładziemy plasterka sera i kilka strączków fasolki. zawijamy w rulony. Następnie panierujemy w rozkłóconym jajku i bułce tartej.



- 4 Na patelni rozgrzewamy olej. Smażymy roladki na małym ogniu z każdej strony po kilka minut na złoto.

Twoje notatki do przepisu: