

Hovězí rolky s rukolou a anglickou slaninou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min

Celkový čas: 20min , Porce: 2

229 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Vera

Odkaz: <https://srecepty.cz/hovezi-rolky-s-rukolou-a-anglickou-slaninou>

Příprava

Roštěnku rozklepeme do půlcentimetrového obdélníku, který nasolíme a napepríme. Na něj klademe plátky slaniny, pak rukolu. Zamotáme a propíchneme párátky nebo jehlicemi ve vzdálenosti 1,5 cm. Mezi párátky pak maso rozkrájíme a smažíme na sádle. Podáváme s brambory nebo bramborovou kaší a rukolovým salátem.

Ingredience

- ✓ 2 plátky hovězí roštěnky
- ✓ 6 plátků anglické slaniny
- ✓ 2 hrsti rukoly
- ✓ pepř
- ✓ sůl
- ✓ 2 lžíce sádla na smažení



Tip k receptu

Pro přesnější pochopení, příkládám i fotku přípravy.

Kategorie

Svátek matek, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

