

Kuřecí závitky s dijonskou omáčkou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

158 kalorií , 24 g cukrů , 4 g tuků , 3 g bílkovin

Autor: Sonia005

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-zavitky-s-dijonskou-omackou>

Příprava

Troubu rozejdeme na 180°C. Kořenovou zeleninu očistíme, vložíme ji do hrnce s vodou a uvaříme doměkka. Mezitím na prkénku naklepeme kuřecí prsa tak, aby byla stejně vysoká. Osolíme a opeříme. Měkkou zeleninu nakrájíme na kostičky a v míse ji promícháme s vejci a trochou soli. Doprostřed každého kuřecího prsního plátku dáme zeleninovou směs, maso zarolujeme a omotáme nití tak, aby náplň zůstala uvnitř závitku. Závitky vložíme do pekáčku. Omáčku si připravíme tak, že ve větší míse smícháme dijonskou hořčici s medem, pivem a olivovým olejem. Omáčkou přelijeme v pekáčku připravené závitky a dáme péct do vyhřáté trouby na 40 minut. Maso hlídáme, případně podléváme a po prvních dvaceti minutách jej otočíme.

Ingredience

- ✓ 6 kuřecích prsou
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře
- ✓ Náplň: 3 větší mrkve
- ✓ 2 kořenové petržele
- ✓ 1/2 většího celeru
- ✓ 2 vejce
- ✓ Omáčka: 3 lžičky dijonské hořčice
- ✓ 2 lžičky medu
- ✓ 100 ml černého piva
- ✓ 1 lžička olivového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Drůbež a králík, Rodina, Hlavní chod



Tip k receptu

Jako příloha se hodí šťouchané brambory.

