

Zeleninová roláda ze svíčkové



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 6

663 kalorií , 2 g cukrů , 49 g tuků , 50 g bílkovin

Autor: uschi3

Odkaz: <https://srecepty.cz/zeleninova-rolada-ze-svickove>

Příprava

Maso opláchneme, osušíme a rozřežeme na plát, vyklepeme, osolíme a opepříme. Na oleji orestujeme zeleninu, přidáme sůl, pepř, vegetu, rozšlehané vejce, sýr a za stálého míchání necháme ztuhnout. Plnku rozložíme na plát, maso pevně zavineme, svážeme nití a vložíme do zapékací misky. Podlijeme vývarem, přikryjeme a v rozpálené troubě pečeme doměkka. 15 minut před koncem maso odkryjeme a necháme připéct. Během pečení rolády podléváme vývarem a poléváme výpekem. Podáváme s bramborovou kaší a zeleninovým salátem.

Ingredience

- ✓ 2 kusy vepřové svíčkové
- ✓ 1 menší balík mražené zeleniny
- ✓ 1/2 konzervy drcené kukuřice
- ✓ 4 vejce
- ✓ 100 g strouhaného sýra
- ✓ trochu soli
- ✓ trochu pepře
- ✓ trochu Vegety
- ✓ 1 lžice petrželové natě
- ✓ několik lžic rostlinného oleje
- ✓ 250 ml masového vývaru

Kategorie

Výjimečný den, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Labužník, Hlavní chod

