



Tekst i zdjęcie: **natalina4** - Srebrny Szef Kuchni
(2450)

Rolada z brokułami .

Prosta do zrobienia .

Czas przygotowania: ponad godzinę

Stopień trudności: Łatwe

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: duszone

Liczba porcji: więcej

Składniki:

- schab , 1.2 kg
- szynka, 15 dag
- boczek wędzony, 15 dag
- cebula, 4 szt.
- mąka , 2 łyżk.
- olej, 3 łyżk.
- masło, 1.5 łyżk.
- bulion mięsny, 1.5 szkl.
- brokuł, 1 szt.
- zioła prowansalskie, 1 łyżk.
- sól, 1 łyżecz.
- pieprz biały, 2 szczypta
- por, 1 szt.

Sposób przygotowania:

Brokuł dzielimy na różyczki . Gotujemy i rozgniatamy . Dwie cebule i szynkę kroimy w kostkę , smażymy na łyżce masła . Wkładamy brokuł , oprószamy łyżką mąki , mieszamy . Dopraviamy . Por kroimy w półplasterki , smażymy na reszcie masła . Schab rozkravamy na prostokąt , oprószamy z obu stron solą , pieprzem i ziołami. Układamy boczek , farsz i pora . Zwijamy w roladę , obwiązujemy nicią . Obsmażamy . Pozostałe cebule kroimy w piórka , smażymy na oleju . Roladę przekładamy do rondla , podlewamy bulionem , wkładamy cebulę . Dusimy 60 minut . Sos zagęszczamy resztą mąki .

