Závitky z kuřete s pomeranči

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost: lehký

Autor: Karea

Suroviny

bazalku
Potřebujeme::
3 pomeranče
sůl
4 kuřecí řízky
4 plátky drůbeží šunky
50 g oleje
lžičku hořčice a hladké mouky

Postup

Postup :

Maso lehce naklepeme, osolíme a okořeníme bazalkou. Na každou porci dáme plátek šunky, kousek strouhané pomerančové kůry, závitky stočíme a upevníme jehlou. Každý opečeme ze všech stran na oleji, podlijeme šťávou z pomerančů a dusíme 20 minut. Závitky vyjmeme, vydušenou šťávu zaprášíme moukou, přidáme hořčici, osmahneme, zředíme vodou a povaříme. Závitky prohřejeme v omáčce a podáváme s rýží Natural. Zdobíme plátky pomeranče a bazalkou nebo petrželkou.