

MASOVÉ ZÁVITKY S RUKOLOU A SÝREM PROVOLONE



Suroviny

4 plátky telecího masa (nepříliš silné)

4 plátky šunky

150g sýra Provolone dolce nebo piccante

rukola

extra panenský olivový olej

sůl: dle potřeby

pepř: dle potřeby

Druhý chod nabízející zajímavou kombinaci telecího masa, rukoly a sýru Provolone. Recept pro 4 osoby.

Příprava:

Na každý plátek masa položte plátek šunky, sýr Provolone nakrájený na hoblínky a lístky rukoly.

Přidejte sůl, pepř a trochu extra panenského olivového oleje.

Stočte maso do závitků a upevněte párátkem.

Nalijte do pánve 2 – 3 lžice extra panenského olivového oleje.

Opékejte závitky v pánvi za občasného otočení po dobu 7-8 minut nebo více podle toho, jak chcete mít maso propečené.

Podávejte na talíři servírované na rukole.



DRUHÉ CHODY



MASO



10' PŘÍPRAVA



10' VAŘENÍ



STŘEDNÍ OBTÍŽNOST