

# Kuracie rolky plnené špenátom a Karičkou

## Potrebuje

- - 2 väčšie kuracie prsia
- - 50 g čerstvého špenátu
- - 1 strúčik cesnaku
- - Karička klasik plátky 100 g
- - 2 PL olivového oleja
- - maslo
- - 1 ČL mletej červenej údenej papriky
- - 1/2 ČL mletého čierneho korenia
- - 1 ČL mletého koriandra
- - soľ

## Postup

1. Kuracie prsia umyjeme, osušíme a jemne naklepeme, aby boli jednotlivé plátky rovnako hrubé.
2. V miske zmiešame 1 PL olivového oleja, údenú papriku, mletý koriander, soľ a mleté čierne korenie. V zmesi kuracie prsia obalíme a necháme chvíľu marinovať.
3. Medzitým si pripravíme špenátovú zmes: V panvici rozohrejeme 1 PL olivového oleja, pridáme roztlačený cesnak a špenátové baby listy a všetko opekáme približne 3 minúty.
4. Karička plátky poukladáme na kuracie prsia, opečenú špenátovú zmes rovnomerne rozprestrieme na plátky, kuracie prsia zrolujeme a prepichnete špajdlou alebo zviažeme kuchynským špagátom.
5. Potom nasucho rozpálime panvicu a pripravené závitky zo všetkých strán rovnomerne opečieme na strednom plameni dozlata.
6. Po opečení ich spolu s výpekom vložíme do zapekacej misy, pridáme trochu masla a dáme približne na 15 minút zapiecť do rúry rozohriatej na 180 °C. Pri podávaní závitky narežeme na pláty. Podávame ich s opekanými zemiakmi alebo ryžou a so syrovou omáčkou.

TIP: Opekané zemiaky môžeme pripraviť takto: Baby zemiaky (500 g) umyjeme, osušíme, dáme na plech a zmiešame s 2 PL olivového oleja, 1 ČL mletej červenej papriky a 1 ČL drvenej rasce. Pečieme v predhriatej rúre na 200 °C 30 minút.

---

Tento recept nám posielal:

náročnosť:

čas:

porcie: