

Cuketové rolky

Potrebuje

- - 1ks cuketa - čím väčšia tým lepšie
- - 120 g tvaroh
- - 50 g syr Karička trojuholníky (môže byť aj črievko)
- - 40 g orechy vlašské
- - bazalka čerstvá
- - soľ
- - 2 strúčiky cesnak
- - 1-2 čl jogurt biely

Postup

Cuketu si umyjeme, škrabkou na zemiaky nastrúhame pásiky po celej dĺžke. Pásiky naukladáme na tanier, posolíme a neháme pustiť vodu cca 15-20 minút. Papierovou utierkou potom jemne vysušíme plátky cukety a na panvici na olivovom oleji chvíľku opekám, kým sa na nej nezačnú robiť hnedé pásiky z opekania - cca 2 minúty z každej strany. Plnka : V miske zmiešam všetky ostatné suroviny - tvaroh rozdrobím vidličkou, zmiešam so syrom, nasekanou bazalkou, pretlačeným cesnakom, rozdrvenými vlašskými orechmi. Ak máte pocit že je plnka príliš hustá, trošku ju zjemnite bielym jogurtom. Plátky opraženej cukety si priložíte k sebe - cca 3 (podľa toho aká bola cuketa veľká) na jeden tenší okraj dáme cca 1 PL plnky a zrolujeme. Jedlo podávame s opečenou bagetkou a prípadne k nej môžete jesť nejaký jednoduchý šalát len z rukoly, poľníčka a rôznych druhov šalátov pokvapkaný balzamicom a olivovým olejom.

Tento recept nám posielala: Božena z Novej Dubnice

náročnosť: nízka

čas: 40min

porcie:

bezlepkový recept: Áno