PEYNİRLİ TAVUK RULOLARI

https://www.elele.com.tr

4 parça tavuk göğüs eti
1 su bardağı hazır kızartılmış ekmek kırıntısı
1 çay bardağı rendelenmiş parmesan peyniri
Dolgusu için:
1 diş sarımsak
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Yarım su bardağı ricotta peyniri
150 g bebek ıspanak
1 yumurta
Domates sos için
1 su bardağı rendelenmiş domates
1 yemek kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı biber salçası
1 küp şeker
Üzeri için:
100 g mozarella peyniri
Taze fesleğen

Tavuk göğüs etlerini bir et döveceği yardımıyla inceltin. Ekmek kırıntısı ve rendelenmiş parmesan peynirinin yarısını yayvan bir kapta karıştırın. Dolgusu için ezdiğiniz sarımsağı zeytinyağında 2-3 dakika soteleyin. Ispanaklar, ricotta peyniri, kalan parmesan peynirini ilave edip 4-5 dakika daha soteleyin. İncelttiğiniz tavuk göğüs etlerini tezgaha alın. Ortalarına ıspanaklı harçtan bir yemek kaşığı kadar koyarak rulo şeklinde sarın. Tavuk rulolarını önce çırpılmış yumurtaya sonra yayvan bir kapta karıştırdığınız parmesan peynirli ekmek kırıntısına batırıp hafif yağladığınız bir fırın kabına dizin. Önceden ısıtılmış 240 derece fırında 25 dakika pişirin. Üzeri için rendelenmiş domates, salçalar ve küp şekeri bir sos tenceresine alın. Tuz ve baharatlarla tatlandırıp domates suyunu çekinceye kadar pişirin ve ocaktan alın. Tavuk rulolarınızı fırından alın. Üzerlerine birer yemek kaşığı kadar domates sosundan koyup birer parça mozarella peyniri yerleştirin. Peynir eriyinceye kadar 4-5 dakika daha pişirin. Taze fesleğen yaprakları ile süsleyerek servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:129634 • adı:Peynirli Tavuk Ruloları • gönderen:gato • indirme tarihi:25.04.2024 - 15:27