detkityumen.ru

Куриный рулет с грибами и рисо

Где готовим?

Духовка

Ингредиенты:

600-700 гр куриного фарша
3 зубчика чеснока
0,5-1 ч.л. приправы "Карри"
2 ст.л. муки
300 гр шампиньонов
1 средняя луковица
100-150 гр риса
1,5 ст. л. майонеза
1 яйцо

Приготовление:

В куриный фарш добавить приправу "Карри" и выдавленный через пресс чеснок. Перемешать, добавить 1 яйцо, муку и майонез. Все хорошо перемешать, посолить по вкусу. Фарш получится немного "жидковат" и работать с ним было не совсем удобно, зато когда рулет был готов его вкус оправдал все старания)).
Шампиньоны нарезать соломкой или кубиками, как вам больше нравится, лук мелко нарезать. Обжарить на растительном масле грибы и лук, посолить и поперчить.
Рис отварить почти до готовности. Перемешать рис и грибы с луком.
На фольгу выложить наш фарш,не доходя до левого и правого края см 3.
На фарш выложить смесь грибов с рисом.
Аккуратно с помощью фольги свернуть наш рулет и завернуть его в эту фольгу.
Выпекать в духовке при температуру 180 градусов примерно 30 минут, затем открыть фольг и дать ему подрумяниться еще минут 15 при температуре 200 градусов.

16.01.2016

ismagilova

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/recipe/364/