

detkityumen.ru

## Рулет



Где готовим?

Духовка

Ингредиенты:

Куриное филе ,морковь ,сырокопченый бекон

Для маринада на 1 кг

1 ст л соли

1.5 ст ложки паприки

1/2 ст л имбиря

1 ст л Чили

1/2 ст л черного перца

2 ст л растительного масла и

100 мл воды

Приготовление:

Филе нарезать тонкими слоями по всей ширине филе, замариновать в смеси на 1 кг мяса :

1 ст л соли

1.5 ст ложки паприки

1/2 ст л имбиря

1 ст л Чили

1/2 ст л черного перца

2 ст л растительного масла и

100 мл воды

Обжарить яйца и морковку ,перемешать .филе выложить на пищевую пленку ,сверху начинку, свернуть рулетом в пищевую пленку, убрать в холодильник на пару часов ,потом наш рулет замотать в бекон . выпекать в закрытой фольге 40 минут при 180, открыть фольгу и ещё 10 минут.

03.12.2021

[kristall](#)

Адрес на сайте «Детки!» [detkityumen.ru/recipe/779/](http://detkityumen.ru/recipe/779/)