

# Kuřecí roláda s kuskusem a meruňkami



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 0min  
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

**1507** kalorií , **5 g** cukrů , **101 g** tuků , **43 g** bílkovin

**Autor:** Šéfredaktor

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kureci-rolada-s-kuskusem-a-merunkami>

## Příprava

Kuskus vsypejte do velké mísy a zalijte kuřecím vývarem, lehce promíchejte, přiklopte a nechejte pět minut vstřebávat tekutinu. Polovinu másla rozpusťte v pánvi a doměkka na něm osmahněte cibuli. Trvá to asi čtyři minuty. Pak přidejte česnek a minutu opékejte. Dejte stranou. Na jiné pánvi nasucho opražte mandle a vmíchejte je ke kuskusu, stejně tak jako cibuli s česnekem. Přidejte meruňky a petrželku. Dochuťte citrónovou šťávou, hodně osolte a opepřete. Do zchladlé směsi vyklepněte vejce a promíchejte. Z potravinářské fólie odstříhněte obdélník o velikosti A4 a rovnoběžně s krátkými stranami na něj položte čtyři kusy kuchyňského provázku. Na něj naskládejte plátky slaniny (měly by se lehce překrývat). Maso naklepejte na tloušťku jednoho centimetru, pořádně z obou stran osolte a položte na slaninu. Ochucený kuskus rozložte na maso a po delší straně roládu zarolujte. Svažte připravenými provázky, přendejte do pekáče a dejte na dvě hodiny do lednice. Troubu předehřejte na 180°C. Roládu pokladte zbývajícím máslem, přikryjte alobalem a pečte třicet minut. Alobal sundejte a pečte dalších 45–50 minut, aby bylo maso propečené a slanina křupavá. Nechte

## Ingredience

- 100 g kuskusu
- 180 ml horkého kuřecího vývaru
- 50 g másla
- 1 velká cibule, nasekaná najemno
- 3 stroužky česneku, rozmělněné
- 100 g mandlí, nasekaných nahrubo (mohou být i piniové oříšky)
- 140 g sušených přepůlených meruněk, propláchnutých horkou vodou
- velká hrst nasekané petrželky nebo koriandru
- šťáva z 1 citrónu
- mořská sůl a čerstvě mletý pepř dle potřeby
- 1 vejce
- 6 kuřecích prsních řízků
- 16–18 plátků anglické slaniny
- chleba k podávání

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Drůbež a králík, Návštěva, Rodina, Hlavní chod

zchladnout. Krájejte až na pikniku.

