

Krůtí roláda v protlaku



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 55min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 3

920 kalorií , **0 g** cukrů , **31 g** tuků , **114 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/kruti-rolada-v-protlaku>

Příprava

Krůtí plát masa naklepeme, osolíme, potřeme kečupem, hořčicí a poklademe plátky šunky. Maso svineme do rolády a zpevníme nití. Konec rolády nemusíme zpevňovat, vytékající hořčice nevadí. Na rozehrátém másle roládu ze všech stran opečeme, dokud maso nezbělá. Přidáme hořčici, rajský protlak, bujón, podlijeme vodou a dusíme asi 40 minut. Roládu vyjmeme a omáčku dle potřeby zahustíme moukou rozmíchanou v troše studené vody a povaříme. Z rolády odstraníme nit a nakrájíme jí na plátky. Omáčku můžeme dochutit solí a cukrem. Podáváme s těstovinami.

Ingredience

- 1 plát krůtího prsa (500g)
- 3 plátky venkovské šunky
- sůl
- plnotučná hořčice a kečup na potření
- silnější plátek másla na opečení
- Na omáčku - 1 lžíce plnotučné hořčice
- 1 lžíce rajčatového protlaku
- 250 ml vody
- 1/2 kostky bujónu
- 1 - 2 lžíce polohrubé mouky
- 1 lžička cukru krupice

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

