

Czary Penelopy

Roladki z kurczaka

Na ten przepis natknęłam się wertując książkę Kuchnia Włoska. Postanowiłam go zrealizować na jeden z weekendowych obiadów, ponieważ akurat miałam w lodówce piersi z kurczaka. Pogoda nie rozpieszczała, więc pomyślałam, że danie, które pochodzi ze słonecznej Italii, świetnie się sprawdzi. I nie myliłam się. Aromat świeżej bazylii, czosnku i suszonych pomidorów wprowadził wszystkich w dobry nastrój. To fenomenalne w swej prostocie i smaku danie smakowało zarówno dzieciakom jak i dorosłym.

Za sprawą gotowania mięsa w folii aluminiowej roladki były wyjątkowo kruche, delikatne i soczyste. To danie moim zdaniem świetnie nadaje się również na letnie przyjęcie w ogrodzie. Można je podać zarówno na ciepło jak i na zimno. Z makaronem lub po prostu z wiosenną sałatką. Z cyklu: gorąco polecam.



Dla 4 osób:

2 duże piersi kurczaka

spora garść liści bazylii

garść orzechów laskowych

1 ząbek czosnku (może być więcej - moim zdaniem im więcej, tym lepiej)

sól, pieprz

2-3 suszone pomidory

1 łyżka oliwy

250 g makaronu fusilli lub innego ulubionego (ja ugotowałam makaron gryczany)

1 łyżka soku z cytryny

1 łyżka kaparów

kilka oliwek

do dekoracji:

1 świeży pomidor lub dwa suszone.

Piersi z kurczaka umyłam, odciąłam polędwiczkę i podzieliłam każdą pierś na dwie części, krojąc w taki sposób, by uzyskać cienkie kotleciki + dwie polędwiczkę czyli otrzymałam 6 części. Rozbiłam je równomiernie tłuczkiem.

Bazylię, orzechy, suszone pomidory, czosnek i oliwę rozdrobniłam w malakserze, posoliłam i popieprzyłam. Rozbite kotleciki posmarowałam mieszanką orzechów i bazylii i zawinęłam w zwartą roladkę. Zaczęłam zwijanie od węższej strony. Tak powstałe roladki zawinęłam w folię aluminiową, a końcówki mocno zakreśliłam.

W garnku zagotowałam osoloną wodę i ugotowałam w niej al dente makaron gryczany.

Roladki umieściłam w garnku do gotowania na parze, szczelnie przykryłam i gotowałam około 15 minut. Gdy roladki były gotowe (sprawdziłam jedno zawiniątko), odpakowałam wszystkie z folii

(sok z mięsa zebrałam do osobnego pojemniczka). Pozostałam je na chwilę, by odpocząły, a następnie pokroiłam w ukośne plasterki.

Orzechowy farsz, którego trochę mi zostało zmiksowałam z oliwą, sokiem z mięsa i sokiem z cytryny. Wymieszałam sos z ugotowanym makaronem, pokroiłam w kostkę świeżego pomidora, dorzuciłam łyżkę kaparów i kilka przekrojonych na pół czarnych oliwek. Doprawiłam do smaku. Wyłożyłam na talerze. Makaron polełam oliwą z oliwek (niczym rodowita Włoszka!). Na wierzchu ułożyłam plasterki kurczaka. Jako że zielone musi się pojawić w niemal każdym moim daniu, podałam dodatkowo miks sałat doprawionych jedynie odrobiną soli morskiej, soku z cytryny i oliwą. Pyszności!

Penelopa Rybarkiewicz-Szmajduch