

## Rulouri aurii cu pui si susan



🕒 30 de minute

👤 4 portii

📊 Mediu

### Ingrediente

Apa - 2 linguri

Ardei rosu taiat in fasii - 1 buc

Bacon - 8 felii

Cascaval - 8 felii

Faina de grau - 150 de grame

Oua - 2 bucati

Pesmet - 150 de grame

Piept de pui - 1 kilogram

Piper negru macinat - 1 lingurita

Sare - 1 lingurita

Seminte de susan - 100 de grame

Ulei de floarea soarelui - 500 de mililitri

Delikat Gaina, baza pentru mancaruri - 25 de grame

### Mod de preparare



1. Se portioneaza puiul si se bate usor ca pentru snitele, de marimea unei palme. Se condimenteaza cu Delikat si piper.

2. Se pune o felie de bacon, cascaval, o felie de ardei, iar apoi se ruleaza si capetele se prind inaintu, procedandu-se la fel si cu celelalte felii. Se introduc 30 min la frigider.

3. Ouale se bat, adaugandu-se Delikat, piper, susan si 2-3 linguri apa. Faina si pesmetul se pun in doua farfurii separate.

4. Se pune uleiul la incins, se scot rulourile de la frigider. Se da fiecare rulou prin amestecul de ou, faina, pesmet. Se prajesc la foc potrivit. Cand sunt gata, se scot pe servetele absorbante si se pot servi reci sau calde, alaturi de o salata de varza sau un sos de usturoi cu smantana. Pofta buna!

*Pofta buna!*

Aceasta reteta provine do pe site-ul culinar Retetaperfecta.ro Gaseste-ne pe Facebook, la adresa: <https://www.facebook.com/retetaperfecta.ro>