

Rulouri de pui asortatate cu sparanghel inelvit in bacon cu sos de mustar si miere



Ingrediente

Ardei gras rosu - 1 bucata
Bacon - 6 bucati
Bere blonda - 1 pahar
Carne pui - 1 piept
Cartofi - 400 de grame
Ghimbir - 2 lingurite de suc
Ierburile Lamaie Miere - 2 linguri
Mozzarella - 3 felii

🕒 100 de minute

👤 2 portii

📊 Mediu

Mod de preparare

1. Este nevoie de un piept de pui mare si frumos care se spala si se sterge cu un prosop de hartie bine dupa care se taie in doua si se bate cu un ciocan pentru carne. Se sareaza, se pipereaza si se lasa deoparte cateva minute timp in care se alege un ardei rosu gras, spalat si uscat si se coace ori la flacara aragazului ori in cuptor. Sa nu uitam de sparanghel intre timp pentru ca trebuie fiert (am fiert 6 buc) cateva minute, cam 5 dar nu mai mult- este nevoie sa ramana verde si frumos, deci pui apa la fiert si in timpul asta cureti frumos ardeii rosu, il tai felii, iei carnea de pui, asezi o felie de ardei copt, o felie de mozzarella.
2. Rulezi bine si asiguri capetele cu scobitori taiate in doua, cu cat mai mici cu atat se poate praji ruloul mai frumos, pastrandu-si astfel forma rotunda. Se pun in tigaia usor incinsa, stropita cu putin ulei de masline; se prajesc la foc mic pana se rumenesc usor. Imediat se toarna si un pahar de bere, iar cand berea incepe sa scada se stoarce lamaie, mie imi place acrisor tare si storc mai mult de un sfert dar pentru cei care nu vor sa fie prea acru stoarceți lamaia intr-un pahar si puneti cate lingurite doriti, puteti ajusta gustul oricand. Eu mai pun si o lingura sanatoasa de miere cu ghimbir (ghimbirul dat prin razatoare si stoars de zeama care in prealabil a stat in frigider o zi in miere cu lamaie) si o lingura de mustar dulce. Cand sosul devine putin cremos si consistent adaugati si ierburile (eu folosesc rozmarin, maghiran, cimbru).
3. Scoateti pe un platou mare carnea, taiati felii frumoase si acoperiti cu sos. Sa nu uitam de sparanghelul fiert care trebuie scurs bine de apa si inelvit intr-o felie de bacon si pe care il prajiti pana se rumeneste si baconul ramane fix pe sparanghel, el lipindu-se de la grasime frumos si fix. Nu dureaza mult asa ca puteti imediat sa il transferati pe platoul cu rulourile; atentie insa sa nu folositi ulei mult cand prajiti sparanghelul, dupa cum am spus bacoul are si el grasime si nu vrem baie de ulei. Eu personal am fiert niste cartofi noi si i-am prajit cu marar dar e optional, sa nu fie prea multa prajeala mai ales seara, cartofii prajiti de obicei sunt cam greoi asa ca puteti sa renuntati la ei iar in loc de paine va recomand o turta calda si subtire gen focaccia, eu mereu le coc in tigaie si nu dureaza mai mult de 5 minute daca aveti deja aluat prin frigider.
4. Este prima oara cand pun o reteta in scris asa ca sper sa va iasa exact cum mi-a iesit mie pentru ca e un fel delicios si va puteti surprinde partenerul cu ceva bunut si nu prea extravagant, eu am reusit cu reteta aceasta sa impresionez

pe cineva drag va doresc o pofa colosala !

Pofta buna!

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