

# Фаршированная грудка индейки



На 100 грамм:  
Калорийность: **171.38 ккал.**  
Белки: **15.72 г.**  
Жиры: **11.4 г.**  
Углеводы: **1.06 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/farshirovannaya-grudka-indejki/>

## Ингредиенты:

- филе грудок индейки — 1 кг
- колбаса вареная — 200 г
- сыр российский — 100 г
- сыр с голубой плесенью — 100 г
- базилик — 3 веточки
- масло оливковое — 1 ст. л
- соль — по вкусу
- свежемолотый черный перец — по вкусу

## для соуса:

- базилик — 2 веточки
- майонез — 200 г
- уксус винный белый — 2 ч. л
- несахар — 0,5 ч. л
- соль — 0,5 ч. л

## Приготовление:

Грудки индейки вымыть, обсушить, уложить на рабочую поверхность и, держа нож параллельно ей, сделать в каждой грудке глубокий продольный надрез, не доходя до противоположного края 1,5 см. Раскрыть филе как книгу, поместить между двумя слоями пленки и раскатать скалкой в тонкий пласт. Расстелить на рабочей поверхности пищевую пленку и разложить грудки так, чтобы получился квадрат со сторонами 25–30 см. Посолить, поперчить.

Колбасу и российский сыр нарезать тонкими ломтиками, сыр с плесенью — маленькими кубиками. Базилик промыть, обсушить, крупно порезать. Посыпать филе индейки зеленью. Сверху уложить кусочки колбасы.

Выложить ломтики российского сыра, присыпать кубиками сыра с голубой плесенью.

С помощью пленки свернуть филе с начинкой в рулет.

Туго перевязать рулет бечевкой. Выложить на смазанный маслом противень и запекать в разогретой до 170 С духовке 1 час 30 минут, время от времени поливая выделяющимся соком.

Приготовить соус. Базилик промыть и измельчить. В миске смешать майонез, винный уксус, Несахар, базилик и соль. Убрать в холодильник. Готовый рулет разрезать на ломтики толщиной 1 см и разложить на подогретом блюде. Подать с охлажденным соусом.