

Рулетики из индейки с моцареллой



На 100 грамм:
Калорийность: **149,13 ккал.**
Белки: **10,65 г.**
Жиры: **9,12 г.**
Углеводы: **7,53 г.**

Время приготовления: **30 минут**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/ruletiki-iz-indejki-s-mocarelloj/>

Филе индейки, закрученное мини-рулеты с нежной моцареллой, аппетитными вялеными томатами и ароматным базиликом, с домашним соусом Песто и молодым картофелем на гарнир.

Ингредиенты:

- грудка индейки - 400 г
- моцарелла - 125 г
- зеленый базилик - 1 пучок
- вяленые томаты в масле - 60 г
- соус песто - 40 г
- картофель молодой - 400 г
- чеснок - 20 г
- оливковое масло - 50 г
- бумага для выпечки
- шпажки деревянные

Понадобится кастрюля, духовка.

Приготовление:

Филе индейки, нарезанное на стейки толщиной 2-3 см, положите в пакет и слегка отбейте дном кастрюли до толщины 1-2 см.

Нарежьте моцареллу лонками ломтиками, промойте базилик.

На кусочек индейки положите ломтик моцареллы, кусочек вяленого томата и пару листиков базилика. Распределите начинку по всем ломтикам индейки. Сверните каждый кусочек в максимально плотный рулет и зафиксируйте его, проткнув насквозь одной или двумя деревянными шпажками.

Раздавите чеснок, снимите шкурку и мелко нарежьте. Смешайте с оливковым маслом и полученной смесью намажьте рулетики. Посолите и поперчите их.

Нагрейте духовку до 180С, выстелите противень бумагой для выпечки, выложите рулетики и запекайте их 15-20 минут до легкой золотистой корочки.

Приготовьте молодой картофель любимым способом. Например, отварите его в кожуре в течение 10 минут до полуготовности, а затем обжарьте до румяной корочки на сковороде, либо просто отварите до готовности.

Сервируйте рулетики с соусом песто и картофелем, украсьте оставшимися листьями базилика.