



Ingrediente reteta Rulada de pui cu ciuperci la cuptor: un piept de pui 300 g ciuperci 100 g bacon
un ardei rosu

o ceapa

o legatura marar (sau patrunjel)

o lingurita condimente pentru pui

2-3 linguri ulei

Modul de preparare a retetei:

Mai intai preparam umplutura pentru rulada de pui - tocam ceapa si ciupercile in marimea si forma dorita (eu le-am dorit mai mari, deci am tocat ceapa fideluta si am taiat ciupercile felii). Turnam intr-o tigaie cateva linguri de ulei si punem ceapa la calit atunci cand uleiul s-a incins. Dupa ce incepe sa se inmoaie ceapa, adaugam ciupercile si le lasam la foc mediu aproximativ zece minute, amestecand din cand in cand. La sfarsit, atunci cand a scazut apa lasata de ciuperci, punem mararul tocat (mararul poate fi inlocuit cu patrunjel). Condimentam dupa gust cu sare, piper si lasam compozitia pentru rulada de pui la racit.

Apoi pregatim "foaia" ruladei - taiem pieptul de pui felii subtiri ca pentru snitel si le batem putin pentru a le intinde. Pentru a nu se rupe, batem feliile de piept de pui intre doua folii de plastic/celofan. Apoi presaram peste acestea condimentele pentru pui (cei care nu le suporta pot sari aceasta etapa). Intindem o folie de plastic pe masa si asezam feliile pentru rulada de pui in asa fel incat acestea sa para o bucata intreaga, suprapunand marginile (daca nu se vede clar in imaginile retetei, atunci ne gandim la felul in care sunt dispusi solzii unui peste). Intindem compozitia de ciuperci intr-un strat uniform peste foaia de pui obtinuta si adaugam ardeiul rosu taiat suvite. Rulam foaia ruladei cu ajutorul foliei pe care este asezata (pentru a nu curge, rulada de pui trebuie sa fie cu partea deschisa in sus). Dupa ce am rulat-o, asezam feliile de bacon pe lungimea ruladei, apoi o legam cu o sfoara (daca nu ne pricepem la legat, atunci infigem scobitori din loc in loc). Chiar daca la prima vedere nu pare, baconul joaca un rol destul de important in aceasta reteta: daca nu am inveli rulada de pui in bacon, atunci aceasta ar trebui tinuta la cuptor mai mult timp pentru a se rumeni si astfel pieptul de pui ar iesi prea uscat.

Pornim cuptorul si asezam rulada cu ciuperci intr-o tava. In momentul in care cuptorul s-a incins, introducem tava cu rulada si o tinem la foc mediu (175 grade C) aproximativ 45 de minute. Rulada de pui cu ciuperci se poate servi ca fel principal de mancare sau ca aperitiv, rece este aproape la fel de gustoasa. Daca pieptul de pui ni se pare prea fad, acesta poate fi inlocuit si cu pulpe. Dupa cum se observa si in imagini, mie mi-a parut rau sa las tava atat de goala in cuptor, asa ca am umplut cu legume spatiul din jurul ruladei :)

SURSA:

<http://www.barbatlacratita.ro>