



Мясо свинины или курятины (филе) подготавливают как на отбивные - солят, перчат и отбивают. Для приготовления начинки грибы и лук нарезают небольшими кубиками и обжаривают на растительном или оливковом масле.

### **Ингредиенты:**

- мясо на отбивные
- шампиньоны
- лук репчатый
  
- масло растительное

### Приготовление:

На середину отбивной кладут немного фарша и скручивают в трубочку. Затем скалывают, например, зубочистками. Обжаривают на сковороде на растительном или оливковом масле до образования золотистой корочки, а затем доливают небольшое количество кипячённой воды или бульона, накрывают крышкой и тушат до готовности. Можно это блюдо после обжаривания не тушить в сковороде, а запечь в духовке, посыпав сверху тёртым сыром. Перед подачей на стол вынуть зубочистки и украсить.

В качестве начинки можно использовать тёртый сыр (любой, но лучше остренький) и толчёные грецкие орехи. Если мясо нежирное и суховатое, например говядина, то можно начинку смешать с небольшим количеством майонеза.

Приятного аппетита!

{loadposition Podelitjsa}{loadposition pohogie-vtoryie}{loadposition new}