

Куриные рулеты с черносливом

Вам понадобится

Филе куриного бедра	1 кг
Чернослив	200 г
Грецкий орех	100 г
Масло растительное	50 мл
Соль, специи	по вкусу

Приготовление

- 1 Филе куриного бедра отбить. Чернослив залить кипятком на 5-10 минут, затем слить, отжать и мелко нарезать. Грецкие орехи измельчить в блендере.
- 2 Смешать чернослив с орехами, солью, специями и маслом и равномерно выложить начинку поверх каждого отбитого куска филе.
- 3 Аккуратно свернуть рулеты и выложить их в чашу аэрогриля швом вниз. Установить программу КУРИЦА, температура 140 °С, время приготовления 1 час.