

Mai bune decât Sarmalele – Turnulețe de dovlecel cu piept de pasăre



Mai bune decât Sarmalele – Turnulețe de dovlecel cu piept de pasăre



Aceste **turnulețe de dovlecel** sunt adevărate vedete în farfuria ta și te vor face să uiți de clasicele sarmale. Pregătirea acestor turnulețe de dovlecel este un adevărat spectacol culinar și nu necesită abilități speciale. Vom începe prin a felia subțire dovlecelul și a-l lăsa să se dishidrateze ușor. Între timp, vom prepara umplutura gustoasă din piept de pui tocat, condimentată cu ierburi aromate și mirodenii delicioase.

- 1 kg piept de pui
- 1 dovlecel mediu
- 400 ml suc de roșii
- 200-300 ml apă
- 30 g fulgi de ceapă
- 1/2 legătură pătrunjel
- 1/2 legătură mărar

- 2 lingurițe muștar dijon
- 1 linguriță pastă de ardei kapia
- 1 linguriță cimbru uscat
- 9-10 g sare
- 1/2 linguriță boia iute
- 1 linguriță usturoi granulat
- 1 linguriță boia dulce
- 1/2 linguriță piper
- 50-60 ml ulei de măsline

1. Folosește o mandolină pentru a tăia dovleceii în felii subțiri.

2. Amestecă pieptul de pui tocat cu condimentele, verdeța tocată, fulgii de ceapă și uleiul de măsline.



3. Așază feliile de dovlecei pe un blat de lucru.

4. Plasează un strat de umplutură de pui pe fiecare felie.

5. Rulează strâns feliile umplute.



6. Tăvălește fiecare rulou prin făină pentru a le sigila și a ajuta la îngroșarea sosului.

7. Într-o tavă de copt, adaugă suc de roșii și apă pentru a acoperi rulourile.

8. Adaugă rulourile în tavă.



9. Coace la 180°C pentru aproximativ 1 oră și 40 de minute, până când rulourile sunt frumos rumenite și sosul este bine îngroșat.

10. Servește rulourile fierbinți, garnisite cu pătrunjel proaspăt și stropite cu puțin ulei de măsline pentru un plus de savoare.

