



Рулетики из сига со шпинатом с брусничным соусом на красном вине



Ингредиенты

◦ Маслины без косточки	1/3 банки (100г)
◦ Филе сига	400 г
◦ Шпинат замороженный	200 г
◦ Масло оливковое	по вкусу
◦ Сливочное масло	30 г
◦ Вино красное сухое	500 мл
◦ Сахар тростниковый	50 г
◦ Перец белый молотый	по вкусу
◦ Базилик и перьевой лук	для украшения
◦ Набор специй для глинтвейна	1 пакетик
◦ Брусника (свежая или свежемороженая)	250 г
◦ Соль	по вкусу

Способ приготовления:



30 мин



6 порции



122 ккал

1. У филе сига удалите пинцетом мелкие кости, ополосните его и обсушите бумажным полотенцем. Сбрызните соком лимона, посолите и поперчите белым перцем. Шпинат разморозьте и отожмите.

2. Крупно нарежьте маслины, перемешайте со шпинатом. На внутреннюю часть филе сига выложите столовую ложку шпината, заверните филе в виде рулетиков, завяжите перьевым луком, сбрызните оливковым маслом.

3. Готовьте в разогретой до 170°C духовке в течение 20 минут.

4. Приготовьте соус: бруснику проварите с красным вином и специями для глинтвейна 5-7 минут, добавьте сахар (или мед) по вкусу. Затем добавьте сливочное масло и уварите соус еще пару минут. Удалите специи и измельчите соус блендером.

5. Подавайте рулетики с брусничным соусом, украсив листиками свежего базилика.



Совет

Если под рукой не оказалось зеленого лука, заколите рулетики деревянными шпажками.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>