



przepisy.pl

## Roladki z cukinii z serem



 15 minut  2 osoby  Łatwe

### Składniki:

- marchewka - 2 sztuki
- Sos sałatkowy grecki Knorr** - 1 opakowanie
- cukinia - 1 sztuka
- ser dojrzewający sałatkowy - 100 gramów
- pestki dyni - 1 łyżka
- pestki słonecznika - 1 łyżka
- kielki słonecznika - 1 garść
- rukola - 2 garść
- oliwa z oliwek - 3 łyżki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

### Sposób przygotowania:

1. Marchewki obierz ze skóry, następnie, używając ostrej obieraczki, pokrój je w długie, cienkie plastry. Cukinię również pokrój w takie plastry. Warzywa sparz krótko we wrzącej wodzie i natychmiast ostudź.
2. Pestki dyni i słonecznika upraż na suchej rozgrzanej patelni. Sos sałatkowy Knorr wymieszaj z oliwą i trzema łyżkami wody. Ser pokrój w 3 cm długości słupki.
3. Plastry marchewki rozłóż na desce, na każdy z nich nałóż plaster cukinii i kawałek sera. Roladki zwiń i każdą z nich zepnij wykałaczką.
4. Roladki ułóż na półmisku z rukolą i polej przygotowanym sosem sałatkowym. Na wierzchu roladek rozłóż kielki i posyp prażonymi pestkami.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)