

Rolovane tikvice (3)



težina: **srednje**

za: **3 osoba**

vreme pripreme: **240 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **300 g** mlevenog mesa
- **2** mlade tikvice
- **1 glavica** crnog luka
- **2 kašičice** soli
- **1/2 kašičice** bibera
- **1 kašika** masti
- **200 g** prevrelog kravljeg sira
- **1** jaje
- **1** žumance
- **4 šnit** praške šunke
- **200 ml** neutralne mlecne pavlake
- **50 ml** mleka
- **2 kašičice** soli
- **1 kašičica** belog bibera u zrnju
- **3 lista** remuša

Priprema

Prvo spremite mleveno meso. Crni luk jednu glavicu sitno iseckajte, dodajte dve kašičice soli, pola kašičice mlevenog bibera i na kraju 300 g mlevenog mesa. Sve dobro rukama sjedinite, bukvalno umesite i ostavite sa strane. Dve tikvice manje, mlade oljuštite pa na onom rendetu ili onim ljuštacem po dužini isecite na tanke

listove. Tanji listovi nisu kruti pa se lako savijaju.

Uzmite komadic mesa pa ga stavite na pocetak lista tikvice. Debljina mesa kao palac, a dužina zavisi od širine tikvice. Ali recimo da je to cuftica kao kesten velika.

Pažljivo urolajte i sklonite sa strane. I tako dok ne utrošite meso. Ostavite nekoliko lista tikvica da prekrijete dno.

Vatrostalni pekac premažite mašću, pa nareajte listove tikvica. Preko stavite urolane tikvice baš jednu do druge malo onako sabijeno. Sipajte 5 kašika vode i prekrijte alu folijom. Stavite u rernu na 180 stepeni 15 minuta. Izvadite iz rerne, skinite foliju pa pospite svuda rendani sir. Na krupno narendajte tvrd prevreo kravlji sir oko 200 grama otprilike. Samo ne manje od 200 grama.

Poreajte listove praške šunke ili neke slaninice.

Na kraju zalijte smesom: jedno celo jaje i jedno žumance umutite, dodajte 200ml neutralne mlecne pavlake, 50ml mleka, 2 kašicice soli, kašicicu belog bibera u zrnu. To sve dobro sjedinite pa prelijte preko tikvica.

Vratite u rernu da zapecete. Srednja temperatura je kod mene 180 stepeni. E sad vremenski koliko je nisam sigurna ali nije manje od pola sata. Na kraju iseckajte dva do tri lista sremuša pa pospite preko i vratite u rernu bukvalno na minut dva. E sad ono ali. Pošto je ovo spremalo bez ugljenih hidrata nije imalo pirinca da pokupi vodu, a znate da tikvice puštaju dosta vode, tako da je jelo imalo poprilično safta tj. vode. Ako ne volite sa saftom nego da onako lepo može da se isece komad onda dodajte u meso 100gr pirinca i naravno povecajte kolicinu tikvica.

Nešto što me je zacudilo. Nisam ni znala da postoje ljudi koji ne vole kada je jelo belo. Kada nema aleve paprike. Pa ako volite vi dodajte u smesu za preliv kašiku aleve paprike. I to je to. Jelo stvarno mnogo lepo i necete se obrukati kada vam dou gosti.

Savet

Kada sam prvi put videla ovako rolovane tikvice bila sam jako iznenađena. Iskreno malo mi je bilo neobino dok nisam krenula sama da pravim. I mogu vam reći da su vredne truda, ak nije ni toliko zamajno koliko se ini na prvi pogled. Pa mi smo bar navikli na raznorazne sarmice. Ovo mu doe ak i malo lakše. Kod ovih tikvica ima podosta ALI. Trudi se da vam objasnim kroz postupak. One su bez ugljenih hidrata. Dodatkom samo jednog sastojka one budu klasino jelo sa ugljenim hidratima. A taj dodatak je pirina. Pa prijatno dragi moji!