

# ЖЮЛЬЕН ИЗ КРОЛЬЧАТИНЫ С ЛЕСНЫМИ ГРИБАМИ

---



Москва, Москва  
Россия

Жюльен из крольчатины с лесными грибамиПредлагаем вам рецепт приготовления кролика с лесными грибами, которые можно легко заменить на более доступные шампиньоны. Это не привычный вам жюльен, зато блюдо диетическое и весьма полезное для вашего здоровья.Заказать мясо кролика вы можете на сайте ООО "Землевед".Рецепт кролика с лесными грибами

таков:■ 400 грамм филе кролика от "Землевед";

■ 250 грамм лесных грибов (шампиньонов);

■ 1 луковица;

■ 1 ст. ложка оливкового масла;

■ 150 мл низкожирного молока;

■ низкожирный сыр для посыпки;

■ соль (по вкусу);

■ черный перец (по вкусу);

■ прованские травы (по вкусу);

■ 20 грамм перемолотых в муку сушеных грибов;

■ 4-5 штук болгарского перца.Способ приготовления:Филе кролика тщательно

промыть, вымочить в воде (полчаса-час), обсушить, нарезать на маленькие

кусочки и обжарить на сковороде (без масла!) до тех пор, пока не выйдет

мясной сок. Затем добавить немного воды и оставить тушиться до готовности

на малом огне под крышкой. В это время мелко нарезать грибы и лук.

Обжарить в оливковом масле лук до золотистого цвета, затем добавить и 2

нему грибы и тушить все до готовности. Смешать крольчатину с грибами, залить молоком, посыпать солью, специями, грибной мукой и протушить несколько минут (чтобы слегка выпарилось молоко). Далее все можно разложить по кокотницам или же нафаршировать перцы, присыпать сыром и отправить в разогретую духовку на несколько минут до образования корочки. Внимание! Если вы хотите начинить овощи подобной начинкой, их стоит предварительно подпечь в духовке (минут 15-20). Приятного аппетита!

[Сообщить Другу](#)