

Kukoricás csirkemell tejszínnel



Feltöltötte:
Finta László

Hozzávalók

50 dkg filézett csirkemell

3 ev kanál kukorica

3-4 tojás

25 dkg sajt (trapista és füstölt)

2,5 dl f z tejszín

liszt

vaj vagy margarin

só

Elkészítés

A kifilézett csirkemelleket hosszú csíkokra vágom. Besózom, és kevés ideig állni hagyom.

Addig el készítem a panírt. Én kétféle sajtot használtam, egy kicsit túlsúlyba helyezve a füstölt sajtot.

Nem egyenként panírozom, úgy kicsit macerás, hanem fakanállal szépen sorban mindennel elkeverem.

Kissé kivajazott, t zálló tálba teszem a panírozott csíkokat. Ha kicsi a tál, akkor többsorba rakom egymásra.

Csemegekukoricát szórok a tetejére, és ráöntöm a 2,5 dl tejszínt.

El melegített süt ben, lefedve párolom 185 fokon, majd rövid ideig rápirítok.

Ha a kukorica nem tartozik a kedvencek közzé, akkor más zöldséget, pl. borsót, répát, karfiolt is lehet beletenni.

Jó étvágyat kívánok!