

filet z kurczaka z bazylią i suszonymi pomidorami



Autor: **Jagodzianka**
Przepisów: 2 Ocena: 77



3-4 os.



30 min



średnie przystępne



Składniki:

- podwójna pierś z kury, 2 szt
- suszone pomidory w oliwie, większy słoik
- świeża bazylia, pęczek
- orzechy włoskie, 3/4 szklanki
- olej, do głębokiego smażenia
- sól, pieprz, po dwie łyżeczki
- jajka, 2szt
- Bułka tarta

Sposób przygotowania:

- 1 Podwójne pierś dzielimy na 4 zgrabne filety. W grubszej części robimy głębokie nacięcie (uważając żeby nie przebić mięsa). Soli, pieprzymy i odstawiamy na bok. W miseczce mieszamy posiekane drobno bazylię, orzechy i suszone pomidory, do tego dodajemy 2-3 łyżki oleju z pomidorów, tak żeby powstała zwarta konsystencja. Tak powstałą masę "upychamy" w kieszonkach z filetów. Spinamy wykałaczką. Panierujemy w jajku i bułce tartej. Smażymy w frytkownicy. Podajemy z ryżem curry i zieloną sałatą. Smacznego!!!!

Twoje notatki do przepisu: