

Kuřecí prsíčka obalovaná v kukuřičných lupíncích

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

4 kuřecí prsíčka

2 vejce

sůl

mletý pepř

60 g kukuřičných lupínků

1 lžičky kari koření

70 g jemně strouhané eidamské cihly

rostlinný olej na smažení

1 hlávkový salát

4 rajčata

hranolky

Postup

Očištěné kuřecí maso vložíme do vroucí osolené a opepřené vody a vaříme asi 7 minut. Poté necháme vychladnout a namočíme nejprve ve vejcích, pak obalíme ve směsi z rozdrcených lupínků, sýra a kari koření. Smažíme po obou stranách dozlatova. Před podáváním vyložíme talíře listy hlávkového salátu, na ně položíme smažené maso, přidáme hranolky a půlky malých rajčat.