

Pieczone nuggetsy z kurczaka



Składniki

1 szt. - filet z kurczaka
1 łyżeczka - przyprawa do kurczaka
1 szklanka - płatki kukurydziane
1/2 szklanka - bułka tarta
2 szt. - jajka
2 łyżka - olej

Opis wykonania

Zapewne wielu z Was nie może przejść obojętnie obok pewnej sieciówki, nie śliniąc się na chrupiące porcje kurczaczka. A gdyby tak zrobić danie w domu? W dodatku upieczone, a nie usmażone nuggetsy sprawiają, że nie jest to kłyszczony fast food.

Mięso umyć i dobrze osuszyć. Pokroić filet w nieduże kawałki. Płatki kukurydziane pognieść i wymieszać z bułką tartą. Jajko wybić do głębokiego talerza, dodać olej i rozbełtać. Kawałki mięsa z kurczaka maczać a jajku i obtaczać w panierce. Jeśli lubicie dużo panierki, czynność wykonać dwa razy. Tak przygotowane mięso układać na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Piec w temperaturze 180 stopni C przez około 30 minut. RADA: na blasze z kąskami kurczaka, możecie ułożyć pokrojone w ćwiartki nieduże ziemniaki. Wówczas wyjmiecie z piekarnika niemalże pełne danie