



Broileritaskut

Aineet: broilerin rintafileitä 1-2 kpl / ruokailija
mozzarella
valmista pestoa
Leivitykseen:
munaa
korppujauhoja
parmesaaniraastetta
suolaa
mustapippuria
voita ja öljyä paistamiseen

Valmistus: 1. Leikkaa jokaiseen fileeseen terävällä veitsellä viilto. Työnnä sisään noin teelusikallinen pestoa sekä suikale mozzarella.

2. Sulje broileri cocktailtikulla, kierittele munassa ja sitten korppujauhojen ja parmesaanin seoksessa, joka on maustettu kevyesti suolalla ja pippurilla.

3. Paista taskut kauniin ruskeiksi voin ja öljyn seoksessa. Riittää, että taskut saavat pannussa vain kauniin pintaväriin, sillä ne pannaan vielä noin 10 minuutiksi 200-asteiseen uuniin. Jos sinulla on lihamittari, työnnä se yhteen fileeseen. Kun mittari osoittaa 70 astetta, broilerin liha on kypsää, mutta vielä mehevää. Poista tikut kypsistä taskuista. Tarjoa lisänä pastaa tai riisiä ja salaattia.