

Filet drobiowy zapiekany w puree ziemniaczanym



HALINA17



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z kurczaka	50 dag
sos chili z cytryną	4 łyżki
sól do smaku	2 szczypty
czarny pieprz mielony Prymat	3 szczypty
mąka pszenna	3 łyżki
olej do smażenia	1 2 szklanki
ziemniaki	1,3 kg
masło zimne	10 dag
śmietana 18 proc	150 ml
natka pietruszki	1 2 pęczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety opłukać, osuszyć. Pokroić na cienkie kotlety. Posmarować z obu stron sosem chili z limonką i kolendrą. Wstawić do lodówki na ok. 2 godziny. Następnie obtoczyć w mące i usmażyć na rozgrzanym oleju.

Ziemniaki obrać, ugotować w osolonej wodzie do smaku. Gorące ziemniaki utłuc. Dodać pokrojone w wiórka masło, śmietanę zmiksować. Doprawić do smaku pieprzem, ewentualnie solą, dodać siekane liście selera, wymieszać.

Naczynie żaroodporne posmarować olejem. Wyłożyć połowę puree ziemniaczanego, położyć usmażony filet z kurczaka. Wyłożyć drugą część puree ziemniaczanego. Włożyć do nagrzanego piekarnika.

Zapiekać 30 minut w 180 stopniach.

