

Filet z kurczaka po hawajsku



KROKUS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z kurczaka	3 szt
szynka	3 plastry
ser żółty	3 plastry
ananas	3 plastry
olej	2 łyżki
sól	do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
Papryka słodka mielona Prymat	do smaku
Przyprawa do kurczaka złocista skórka Prymat	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Każdy filet delikatnie rozbijamy, mięso posypujemy solą, pieprzem, papryką słodką i przyprawą do kurczaka.
- KROK 2 Na rozgrzanym tłuszczu obsmażamy mięso z dwóch stron.
- KROK 3 Na tym samym tłuszczu smażymy plastry ananasa ok. 3 minut.
- KROK 4 Filety z kurczaka układamy w naczyniu żaroodpornym. Na filety kładziemy plastry ananasa.
- KROK 5 Następnie kładziemy plastry szynki.
- KROK 6 Na szynkę kładziemy plasterki sera żółtego.
- KROK 7 Wkładamy do piekarnika temperatura 180 stopni ok 15-20 minut.

