

Pierś w panierce z makaronem z czerwonym pesto



MAGDUŚ83



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Mięso

pierś z kurczaka	20 dag
sól	do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
natka pietruszki	1/2 pęczka
jajko	1 szt
płatki owsiane	2 łyżki
żółty ser starty	2 łyżki
oliwa	2 łyżki
mąka pszenna	3 łyżki

Makaron

makaron spaghetti	1/2 opakowania
oliwa	3 łyżki
czosnek	1 ząbek
sos pesto	7 łyżek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Pierś z kurczaka myjemy i osuszamy. Możemy do tego użyć papierowego ręcznika. Kroimy fileta na mniejsze kawałki, można w ukośne paski, a następnie przyprawiamy do smaku solą i mielonym czarnym pieprzem z obydwu stron.
- KROK 2 W miseczce mieszamy jajko razem z startym żółtym serem, płatkami owsianymi oraz łyżką posiekanej natki pietruszki. (resztę dodamy do makaronu)
- KROK 3 Mąkę pszenną wsypujemy na talerzyk i obtaczamy w niej przyprawione kawałki mięsa, które następnie zanurzamy w przygotowanej panierce owsiano serowej.
- KROK 4 Makaron spaghetti gotujemy w osolonej wodzie al dente i odcedzamy. Makaron wrzucamy na rozgrzaną oliwę z oliwek i smażymy z dodatkiem czosnku przeciśniętego przez praskę oraz resztą posiekanej natki pietruszki (pozostałej przy robieniu panierki) Zdejmujemy z ognia i mieszamy z pięcioma łyżkami czerwonego pesto. Możemy przyprawić do smaku solą i pieprzem.
- KROK 5 Panierowane mięso z kurczaka smażymy na rozgrzanej oliwie z oliwek z obydwu stron na rumiany kolor. Usmażone mięso układamy na pozostałym sosie pesto a obok układamy porcje makaronu.