Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook **ВКонтакте: vk.com/opencook**

Куриные котлеты с черносливом и чесноком

30 июля 2014 10:58 · https://open-cook.ru/recipes/kurinye-kotlety-s-chernoslivom-i-chesnokom



Я обожаю мясо с куриных бедер с детства за его вкус и нежность. Особенно хорошо что-нибудь завернуть в него. Сегодня я покажу какими вкусными могут быть котлеты из этого мяса с черносливом и чесноком. Эти два ингредиента всегда идеально подходят к курице. Все очень просто и легко, как всегда.

На 2 порции (пусть вас не смущает кол-во котлет на фотографии, я готовила с запасом):

- 2 филе с пары бедер (я покупала готовое филе, но мясо легко снять самим)
- 2-4 чернослива без косточек
- 2 зубчика чеснока

- 1 яйцо
- 100 гр панировочных сухарей
- соль, перец черный молотый по вкусу
- немножко растительного масла

Филе промыть, обсушить бумажным полотенцем. На один конец положить чернослив, посолить и поперчить, 1-2 штуки, подвернуть.



Положить зубчик чеснока.



Полностью свернуть мясо в рулет, получится котлетка.



Окунуть котлету во взболтанное яйцо.



Затем обвалять котлету в панировочных сухарях.



Сложить котлеты в форму и сбрызнуть чуть-чуть маслом растительным.



Отправить форму с котлетами в духовку, разогретую до 200 градусов, на 30 минут.



Вместо чернослива и чеснока можно завернуть в мясо сыр или что-нибудь еще. На любой вкус, короче. Соус тоже можно подобрать по вкусу, хотя мне кажется, что грибной подходит к ним лучше всего.



На гарнир лучше подать салат, он прекрасно дополнит своим вкусом котлеты и не оставит тяжести в желудке.



Приятного аппетита!

Комментарии: 2

Anna # 11:02 17.06.2015

Хороший рецептик))

Виктория # 10:02 14.12.2015

Рецепт очень хороший! Спасибо!