



Nuggetsy z kurczaka

(2-3 PORCJE)



Program Broil

Składniki:

Pierś z kurczaka	500 g
Jajko	1 szt.
Mleko	½ szklanki
Mąka pszenna	¼ szklanki
Sól	¼ łyżeczki
Pieprz	¼ łyżeczki
Papryka słodka suszona	¼ łyżeczki
Czosnek suszony	¼ łyżeczki
Cebula suszona	¼ łyżeczki
Płatki kukurydziane	¾ szklanki

Sposób przygotowania:

- Umyj i osusz piersi z kurczaka.
- Pokrój mięso na około 2,5 cm kawałki.
- W misce rozbij jajko i wymieszaj. Dodaj mleko i ponownie wymieszaj.
- W drugiej misce wymieszaj mąkę, sól, pieprz, paprykę, czosnek, cebulę.
- W trzeciej misce umieść pokruszone płatki kukurydziane.
- Kawałki mięsa zanurz w kolejności: misce z jajkiem i mlekiem, misce z mąką i przyprawami, misce z płatkami kukurydzianymi.
- Włącz program Broili umieść nuggetsy w Air Fryer. Smaż około 10 minut.
- Podawaj z ulubionym sosem.

Etapy gotowania

