



Куряча грудка

Рецепт від V-ZUG AT



готування	20 хв
Час	25 хв
готування	
Порції	4
Прилад	CombiSteamer V6000 PowerSteam з 2022 року

у картопляній шубі

Картопля

400 г картоплі борошнистого сорту, очищеної від шкірки
трохи солі

Курячі грудки

4 курячі грудки (прибл. по 170 г)
2 шматочки сиру раклет, розрізаних на половинки
20 г руколи
4 зубочистки
трохи солі
трохи перцю
топлене масло для смаження

Картопля

Натріть картоплю на тертці в мисці і приправте невеликою кількістю солі. Дайте постояти приблизно, 15 хвилин, а потім обережно відіжміть.

Курячі грудки

Застеліть загартоване скляне деко папером для випікання.





Зробіть надріз у курячих грудках збоку і наповніть сиром ракет і руколою, закрийте зубочисткою. Рясно приправте сіллю і перцем.

Нагрійте топлене масло на сковороді, обсмажте курячі грудки з обох боків і відставте.

Картопляна шуба

З половини картоплі на підготовленому загартованому скляному деку сформуєте картопляну подушку для кожної курячої грудки. Зверху викладіть курячі грудки, накрийте картоплею, що залишилась, і притисніть.

Випікання

Запікайте курячі грудки на середньому рівні в режимі інтенсивного гарячого повітря + пара за температури 220 °C протягом 25 хвилин.

Етапи приготування

Інтенсивне гаряче повітря + пара 220 °C протягом 25 хв

Акcesуари

Скляне деко, загартоване

