

## Poult-Chicken-Nuggets

600g Pouletbrüstli  
2 EL Urdinkelmehl  
1 grosses Ei  
1/2 Teelöffel Salz, wenig Pfeffer, evt. etwas Currypulver  
100 Cornflakes



Pouletbrüstli längs halbieren und quer ca. 3cm breite Stücke schneiden.

Mehl in einen Teller geben. Ei, Salz und Pfeffer, ebenfalls in ein Teller verklopfen. Cornflakes in einem Sack zerdrücken und auch in einen Teller legen.

**Panieren:** Pouletbrüstli im Mehl wenden, dann im Ei und anschliessend in die Cornflakes wenden.

Etwas Butter in der Bratpfanne erhitzen und die panierten Poulet-Chicken-Nuggets bei mittlerer Hitze ca. 8min. braten.

Dazu passen Kartoffeln, Salat, Gemüse oder einen feinen Kräuterquark-Dip!

En guete wünscht martella-hof



## Poult-Chicken-Nuggets

600g Pouletbrüstli  
2 EL Urdinkelmehl  
1 grosses Ei  
1/2 Teelöffel Salz, wenig Pfeffer, evt. etwas Currypulver  
100 Cornflakes



Pouletbrüstli längs halbieren und quer ca. 3cm breite Stücke schneiden.

Mehl in einen Teller geben. Ei, Salz und Pfeffer, ebenfalls in ein Teller verklopfen. Cornflakes in einem Sack zerdrücken und auch in einen Teller legen.

**Panieren:** Pouletbrüstli im Mehl wenden, dann im Ei und anschliessend in die Cornflakes wenden.

Etwas Butter in der Bratpfanne erhitzen und die panierten Poulet-Chicken-Nuggets bei mittlerer Hitze ca. 8min. braten.

Dazu passen Kartoffeln, Salat, Gemüse oder einen feinen Kräuterquark-Dip!

En guete wünscht martella-hof

