

inköpslistan.se

Av: anette ahlen

- 4 port
- Kyckling, Huvudrätt

EGNA CHICKEN MCNUGGETS

Ingredienser

4 st kycklingfile
2 st ägg
2 krm svartpeppar, grovm.
1 klyfta vitlök
2 krm senap

2,5 dl krossad cornflakes

Gör så här

Skär varje filé i fem delar.
Blanda alla ingredienser utom flingorna till en jämn smet.
Doppa köttbitarna i smeten och rulla i krosset.
Stek i ugnen på 175c i ca 10-15 minuter.

Servera med grönsaker och några kalla såser.