طرز تهیه مرغ پنیری به روش فست فودی

6 مرداد 1404

مرغ پنیری با مرغ پخته و خرد شده، پنیر پیتزا و پارمسان و نان باگت به همراه ادویه های مخصوص تهیه می شود و بسیار خوشمزه است.

مواد اولیه

سینه مرغ ۲ عدد
تخم مرغ ۲عدد
ادویه(نمک، فلفل سیاه، فلفل قرمز، زردچوبه و پور سیر و پودر کره) به مقدار لازم
پنیر پارمسان ۵۰ الی ۶۰ گرم
پنیر پیتزا به مقدار لازم
نان باگت ۱عدد (نان باگت برای اینکه رنده شود ، خشک باشه)

طرز تهیه

ابتدا سینه های مرغ را به صورت طولی برش می زنیم و ورقه ورقه می کنیم و روی آن یک کیسه فریزر می کشیم و با بیفتک هر دو طرف سینه های ورقه شده را می کوبیم.

یک عدد نان باگت خشک را رنده و با پنیر پارمسان رنده شده مخلوط می کنیم. ادویه ها را نیز به مخلوط اضافه می کنیم. از هر کدام از ادویه ها یک قاشق چای خوری کافی است البته از فلفل قرمز به اندازه نصف قاشق چای خوری استفاده کنید.

۲ عدد تخم مرغ را با همزن می زنیم.

مرغ ها را ابتدا در تخم مرغ و سپس در مخلوط نان باگت و پنیر پارمسان می غلتانیم تا روی فیله ها کامل با این مواد پوشانده شوند.

مرغ ها را داخل سینی فر می گذاریم و داخل فر از قبل گرم شده با دمای ۲۰۰ درجه به مدت ۱۵ دقیقه قرار می دهیم.

بعد که مرغ ها را از فر بیرون آوردیم، روی آنها را ابتدا سس گوجه فرنگی می زنیم و روی سس ها را با پنیر پیتزا می پوشانیم و مجددا به مدت ۸ دقیقه داخل فر می گذاریم. اگر دلتان خواست روی مرغ ها طلایی شود می توانید فر را به مدت ۳ دقیقه از بالا روشن کنید تا حرارت ببیند و طلایی شود.

می توانید کنار این غذای فست فودی، سس قارچ هم تهیه کنید و با سیب زمینی سرخ شده و نان باگت نوش جان کنید.