



CHEF IN
CAMICIA



Chicken McNuggets Homemade

> INGREDIENTI

Ingredienti per 2 porzioni

Tempo di preparazione: 50 minuti

Difficoltà: Media

- Petto di pollo, 1/2;
- Farina, 150 g;
- Amido di mais, 150 g;
- Latte, 1/2 lt.;
- Uovo, 1;
- Sale, q.b.;
- Pepe, q.b.;
- Acqua frizzante, 1/2 lt.;
- Aglio *in polvere*, q.b.;
- Cipolla *in polvere*, q.b.;
- Olio di semi, 1 lt.

> PREPARAZIONE

- Prendete il pollo e frullatelo in un mixer, mischiatelo con un pizzico di sale, pepe, e un cucchiaino di aglio e uno di cipolla in polvere;
- Foderate una teglia con della carta forno e create i vostri nuggets, riponete in freezer per almeno un'ora;
- Preparate tre bowl, la prima con un mix di 100 gr di farina e 100 gr di amido di mais;
- La seconda con 1/2 lt di latte e un uovo;
- La terza con una pastella fatta con 50 gr di farina, 50 gr di amidi di mais e acqua frizzante ghiacciata.
- Passate i nuggets nella prima bowl, poi nella seconda e infine nella terza;
- Friggete in abbondante olio di semi per 2 minuti circa, poi scolateli, fate risalire la temperatura dell'olio e rifriggete per altri 2 minuti fino a doratura.



WWW.CHEFINCAMICIA.COM