Куриные грудки запечённые с бананом и киви

Добавил(а) Оля
30.01.10 15:25 - Последнее обновление 03.02.10 05:29

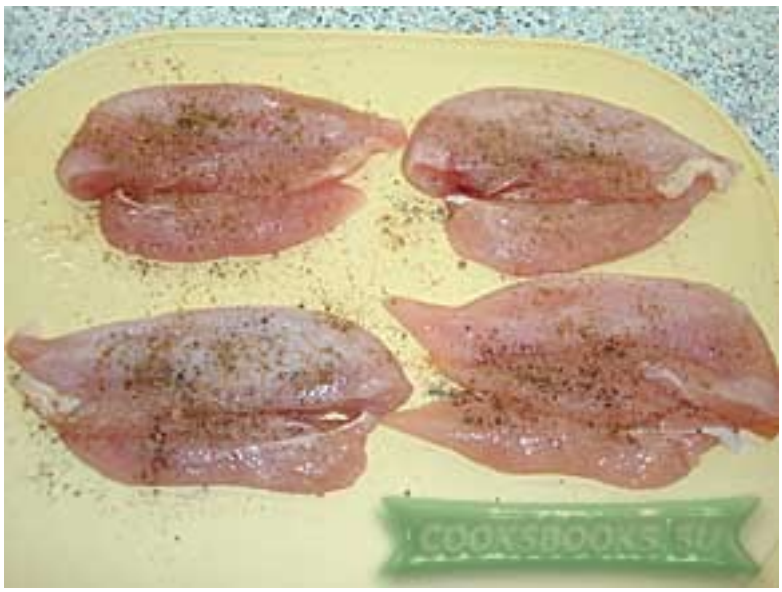




Продукты для рецепта

- Филе курицы - 0,5 кг.
- Бананы - 2 шт.
- Киви - 2 шт.
- Майонез, сыр.

- Соль, перец, специи
- Время приготовления 40 мин.



Куринные грудки

Филе курицы солим, перчим, можно использовать специи.



Филе курицы.

Оставляем на 10 мин мариноваться.



Бананы, киви, сыр.

Бананы и киви нарезаем кружками, сыр трём на средней тёрке.



Мясо.

Филе курицы жарим на растительном масле по 5 минут с каждой стороны.



Куриные грудки запечённые с бананом и киви

Обжареное мясо выкладываем на противень.



Куриные грудки запечённые с бананом и киви

Мясо немного смазываем майонезом. Сверху выкладываем киви.



Куриные грудки запечённые с бананом и киви

На киви выкладываем бананы, посыпаем сыром.

Запекаем в разогретой до 180 градусов духовке да золотистого цвета.

Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:12}