

Aszalt szilvás gesztenyével töltött rántott csirkemell



a sütéshez:
bő olaj

Hozzávalók:

4 fél csirkemellfilé (60 dkg), só, őrölt fehér bors, 15 dkg hámozott főtt gesztenye (fagyasztva is kapható), 15 dkg sertéslapocka vagy pulykafelsőcomb (lehet a csirkemellről leeső apróhús is), 3 dkg füstölt szalonna, 1 tojás (igazából csak a fele kell), 5-6 szem magozott puha aszalt szilva, 1 evőkanál főzőtejszín

a bundázáshoz:

4-5 evőkanál finomliszt, 2 nagy tojás, 6-7 evőkanál zsemlemorzsa

1. A mellfilétet lapjában bevágjuk, téglalap alakúra kiverjük, enyhén megsóva, megborsozva félrerakjuk.
2. A töltékhez a sertéslapockát vagy a mellfiléről leeső darabokat fölaprítjuk, a gesztenyével és a szalonnával együtt ledaráljuk - itt általános arány, hogy ugyanannyi a gesztenye, mint a hús, és a hús súlyának kb. 20 %-a a szalonna. A végét egy szelet kenyérral nyomjuk ki a darálóból, hogy semmi ne maradjon benne. A tojást kissé felferjük, felét a töltékbe tesszük - tényleg olyan kicsi a mennyiség, hogy nem kell bele több, ami marad, tegyük félre másra, például a bundázáshoz. Az aszalt szilvát hat részre vágva hozzáadjuk a tejszínnel együtt. Megsózzuk, megborsozzuk.
3. Egy nagyobb alufólialapot kiterítünk, egy csirkeszeletet ráfektetünk. A gyümölcsös húsos tölték negyedét egy vastagabb csíkban ráhalmozzuk, majd a fólia segítségével föltekerjük. A fólia két végét ellentétes irányban csavarjuk, hogy a hústekercs kellően szoros legyen. Ugyanígy készítjük el a másik 3 tekercset is. Enyhén sózott, forrásban lévő vízben főzzük 12-14 percig, majd leszűrjük, hűlni hagyjuk.
4. A fóliából kicsomagoljuk, minden csirketekercset a hagyományos módon lisztbe, felvert tojásba és zsemlemorzsaiba forgatva bundázunk.
5. Egy kisebb lábasban bő olajat forrosítunk és a hústekercseket néhány perc alatt megsütjük benne. Miután főtt tekercsekről van szó, elég ha arra törekszünk, hogy szép aranybarna színük legyen és belül is átforrosodjanak. Konyhai papírtörőre szedve lecsöpögtetjük.
6. Kissé ferdén, ujjnyi vastag szeletekre vágjuk. Burgonyapüré, szilva és körtebefőtt vagy gyümölcssaláta illik köretnek hozzá.

Aszalt szilvás gesztenyével töltött rántott csirkemell

Jó tanács

- A töltelékbe 2-3 szem durvára vágott dió is kerülhet és 1-1 csipetnyi őrölt fahéjjal meg szegfűszeggel is fűszerezhetjük.
- Remek ünnepi fogás, ami előző nap előkészíthető, megfőzhető, akár be is bundázható, csak sütni kell frissen. Az előfőzés előnye az is, hogy sütés közben így nem szív magába annyi olajat.
- Pulykamellből is ugyanígy süthetjük.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy adag (köret nélkül): 678 kcal