



Hrustljavi piščančji burger iz cvrtnik na vroč zrak (AirFryer)

Sestavine

- 3 burger štručka
- 300 g piščančji file
- 2 paradižnik
- 2 majhni rdeči čebuli
- 2 ž kečap
- 1 ž med
- 1 ž sončnično olje
- 1 paket MAGGI Air Fryer mešanica za hrustljivo piščančje meso s sirom

Navodilo

1. Rdečo čebulo narežite na tanke rezine in jo v cvrtniku na vroč zrak (AirFryer) s kapljico medu karamelizirajte približno 5 minut. Vročina v cvrtniku na vroč zrak (AirFryer) okrepi naravno sladkost čebule, kar ustvari bogat in mehak preliv, ki se lepo poda k hrustljavemu piščancu.
2. Narežite piščančje fileje na tri debele kose. Površino vsakega kosa premažite s sončničnim oljem in enakomerno obložite z MAGGI Air Fryer mešanico za hrustljivo piščančje meso s sirom . Kombinacija koruznih kosmičev, drobtin in sira v mešanici zagotavlja hrustljivo, zlato skorjico, ki vpije vse sočne okuse piščanca.
3. Obložene piščančje fileje položite v košaro cvrtnika na vroč zrak (AirFryer) in pecite pri 180 °C približno 11 minut. Rezultat je zlato, hrustljivo piščančje meso, ki je mehko na notranji strani. Uporabacvrtnik na vroč zrak (AirFryer) za to jed ne zmanjša le količine olja, ampak tudi pospeši, poenostavi in olajša postopek kuhanja.
4. Na žemljice razporedite kečap, dodajte karamelizirano čebulo, rezine paradižnika in hrustljav piščanec. Zaprite žemljice in takoj postrezite. Po želji dodajte solato ali kremno omako.

Хранителна

Ogljikovi hidrati 56.97 g
Energija 478.09 kcal
Maščobe 17.84 g
Beljakovine 25.99 g

⌚ 31 Мин

⊕ 3