



Professionel forarbejdning



Kreative retter



Friske og smagfulde råvarer

SOLES CANTINA

KYLLING SCHNITZEL M/SVAMPE

Indkøb: Kyllingebryst, svampe, store tomat, gode pillekartofler, rødbede, squash, asparges, broccoli og pynt.



125 gr (K) / 150 gr (M) kylling Bryst (bankes flad imellem bagepapir.)

Kombination af kvarte svampe, kartofler (kogt og pillet dagen før) skåret som "fritter", et par skiver squash, skrællet rødbede skåret som "fritter", en asparges broccoli og en halv tomat.

I alt 200gr "grønt" pr. person.

Steg kylling bryst i god hed olie. Tilsæt gerne stærke krydderier.

Steg det "grønne" på en stor pande (del gerne op i sektioner så de steg lidt hver for sig.)

Drys lidt forskelligt stærke krydderier på hver grøntsag.

Her pynt af hjertesalat og en dusk blegselleri.

Bon appetit

