



50 perc

Egy serpenyő, egy lábos, egy gyors ízletes vacsora.

Mindenképpen párold együtt a paradicsomos szósszal, hisz ettől lesz fantasztikusan omlós.

Ha gondolod egy kis száraz fehérborral is megbolondíthatod.

Paradicsomos csirkemell



FŐZÉS

1x1

Hozzávalók:

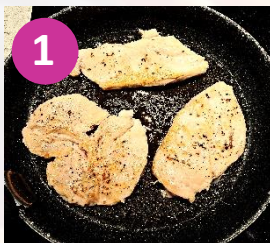
2 db csirkemell filé
140 g paradicsompüré
2 evőkanál főzőtejszín

5 dkg trappista sajt
2 evőkanál olaj
1 merőkanál alaplé

2 gerezd fokhagyma
½ mokkáskanál só
½ mokkáskanál színes bors



Elkészítés:



1 A csirkemell filét felszeleteljük, a szeleteket, sózzuk, borsozzuk, és az olajon lepirítjuk.



2 Hőálló edénybe tesszük a megmaradt húslével együtt. Ráöntjük a paradicsompürét, és részórjuk a zúzott fokhagymát



3 Hozzáadjuk az alaplé, és lefedve betesszük a sütőben, és 180 fokon kb. fél órát pároljuk.



4 Majd a szószhoz keverjük a tejszínt, ha kell, még ízesítjük.



5 Megszórjuk a hússzeleteket a reszelt sajttal, és 200 fokon a sajtot rápirítjuk.