

Receta de Filetes De Pollo A La Parmesana

22 Abr 2014



Buenos días, hoy os dejo una nueva receta de pollo, esta vez se trata de Filetes de Pollo a la Parmesana, espero que os gusten porque están riquísimos.

Ingredientes

- Filetes de pechuga de pollo (cantidad según comensales)
- Pan rallado
- Queso parmesano rallado
- Perejil picado
- Claras de huevo (dos o tres)
- Margarina (una cucharadita por filete)
- Sal y pimienta

Modo de Preparación

1. En un bol, poner el pan rallado, el parmesano rallado y el perejil
2. Batir las claras de huevo en un plato
3. Salpimentar los filetes y pasarlos primero por las claras de huevo y después por la mezcla de pan rallado con el parmesano y el perejil
4. Repetir la operación pasando primero por las claras y luego por el pan
5. Poner los filetes rebozados en una fuente especial de horno y poner encima de cada filete una cucharadita de margarina
6. Hornear a 180 Grados durante 25 ó 30 minutos
7. También podéis hacer esta receta con pechugas enteras, pero tenéis que hornearlas unos diez o quince minutos más
8. Podéis acompañar este plato con alguna ensalada a vuestro gusto