

Sajtos-spenótos csirkemell

A csirkemell mindig jó választás, ha gyorsan szeretnénk készíteni valami finomat.
Ezt a receptet is bárki el tudja készíteni, olyan egyszerű.

Adag 4 fő	Előkészítés 15 perc	Főzés 35 perc
Sütő Légkeverés + grill középső rács		Sütési fok 220 °C

HOZZÁVALÓK:

- 3 db egész csirkemell
- Só
- Frissen őrölt bors
- 115 g natúr vajkrém
- 30 g spenót
- 2 gerezd fokhagyma
- 100 + 50 g reszelt mozzarella sajt
- 6 szelet bacon
- 2 teáskanál olíva olaj
- Sütőpapír

ELKÉSZÍTÉS:

- 1.
2. Melegítsük fel a sütőt 200 °C-ra.
3. A spenótot és a fokhagymát vágjuk apró darabokra.
4. Egy közepes tálban keverjük össze a vajkrémet, a sajtot, a fokhagymát és a spenótot. Ízesítsük sóval.
5. Készítsünk kis zsebeket. A csirkemelleket vágjuk be egy késsel, de ne vágjuk át a húst.
6. A húst sózzuk, borsozzuk.
7. Felváltva töltjük meg a zsebeket. Egyikbe bacon, a másikba a vajkrémes kence kerüljön.
8. Tegyük egy sütőpapírral bélelt tűzálló tálba.
9. Szórjuk meg a tetejét sajttal. Locsoljuk meg olívaolajjal és süssük meg.
10. Kínáljuk zöld salátával, majonézes kukorica salátával.

Videó: <https://youtu.be/NY6rHU6UP4o>

Család és Citrom 

<https://csaladescitrom.hu/>