



Kip Cordon Bleu



Bereiden in:

Vorbereitung: 0 min.



Bereiding: 0 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 2 kipfilets
- 1/2 eetl. knoflookpoeder
- zout en peper naar smaak
- 1/2 eetl. uienpoeder
- 08 plakjes kaas
- 100 gram gekookte ham
- arachideolie olie of plantaardige olie om te frituren
- 2 eieren
- broodkruimels / grove paneermeel
- 2 losgeklopte eieren

Voedingswaarde

-



Image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>



Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen

+31 (0)53 436 71 12

info@sameneenkoekopen.nl

www.sameneenkoekopen.nl



Kip Cordon Bleu

Bereiding

1

De kipfilets kruiden met peper en zout, uien- en knoflookpoeder.

2

Nu gaan we de filets plat maken: doe dit door ze tussen plasticfolie op een snijplank te leggen. Klopt ze nu met een deegroller of iets anders zwaars plat tot ze 1 cm dik zijn.

3

Nu de plak geslagen filets bedekken met een lage kaas, ham, kaas en nogmaals ham.

4

Rol de filets op en omwikkel ze, strak, in plasticfolie. Zijkantjes dicht maken zodat het een mooie gesloten 'broodjes' worden. Laat ze in de koelkast 30 min. opstijven.

5

In een pan met hoge zijanten de olie verwarmen (5 cm.) verhit tot 170 graden C.

6

Maak drie schalen, 1 met bloem, 1 met geklopt ei en 1 met paneermeel.

7

Het opgestijfde rolletje nu eerst door de bloem, dan door het ei en tot slot door de paneermeel.

8

Nu zijn ze klaar en kan het frituren beginnen.

9

steek een kerntemperatuurmeter in het midden van het rolletje en bak iedere cordon blue 5 min. aan iedere kant tot ze mooi bruin zijn. mocht de kip mooi bruin zijn én de kern een temperatuur van 75 graden hebben bereik dan zijn ze klaar.

Is dit nog niet het geval maar is het kleurtje wel goed, leg ze dan nog even in de oven op 170 graden.

Serveren

Lekker met een romige Dijonsaus: Voor de saus: 3 eetl. roomboter, 2 teentjes knoflook, bloem, melk, Dijon mosterd en geraspte Parmezaanse kaas. Smelt de boter in een pannetje, knoflook erdoor roeren. Wanneer de knoflook zacht is de bloem toevoegen en 1 minuut door pruttelen. Melk toevoegen tot er een mooie roux ontstaat. Dan de mosterd en de kaas naar smaak toevoegen. Zout en peper als laatste erbij doen. Cordon Blue's in plakjes snijden en in het midden een streepje saus schenken.

Eet smakelijk !



Image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>



Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten