

Glutenvrije kipnuggets

Deze kipnuggets zijn zelfs lekkerder dan de versie met gluten, vooral omdat ze vers gemaakt zijn. Supersimpel en lekker dus.

Menugang: Voorgerecht
Type gerecht: Vleesgerecht
Aantal personen: 2
Bereidingstijd: 15 minuten

Deze kipnuggets zijn zelfs lekkerder dan de versie met gluten, vooral omdat ze vers gemaakt zijn. Supersimpel en lekker dus.

Bereidwijze

1. Maal de glutenvrije maïscornflakes fijn in de keukenmachine. Doe dit in een schaaltje. Zet een ander schaaltje ernaast met daarin een geklutst ei (beetje zout toevoegen om de eistrengen los te maken).
2. Snijd de kip in blokjes, haal deze blokjes 1 voor 1 door het eimengsel en dan door de cornflakes en leg ze op een bord.
3. Verwarm een flinke laag bakolijfolie in de pan (het is eigenlijk meer frituren dan bakken) en leg de kipnuggets hierin. Rustig bruin laten worden aan een kant en dan draaien. Niet te veel heen en weer schuiven.
4. Als ze klaar zijn heel even laten uitlekken op wat keukenrol en smullen maar!

Ingrediënten

- 2 kipfilets
- 3 handen vol glutenvrije maïscornflakes (ongeveer - heb het niet afgemeten)
- 1 ei
- bakolijfolie (groene Betis)

accessoires