

Aiguillettes de Poulet Panées aux Corn-Flakes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 3 heures

Ingrédients:

- Blancs de Poulet	700g en aiguillettes
- Corn Flakes	
- Farine	2 c à soupe
- Oeufs	2
- Crème Fraîche	2 c à soupe
- Huile pour Friteuse	1.5 litres
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Concassez les corn-flakes dans une grand plat creux.
- Déposez la farine dans une première assiette creuse.
- Fouettez les œufs avec la crème dans une seconde. Salez et poivrez généreusement.
- Passez successivement les aiguillettes de poulet dans la farine, puis l'œuf battu et enfin la chapelure de corn-flakes.
- Réservez sur une grande assiette avec un papier sulfurisé.
- Placez le tout au congélateur environ 2 heures.
- Au moment du repas, faites chauffer l'huile dans une grande casserole.
- Plongez-y successivement les aiguillettes de volaille panées. Laissez dorer en les retournant dans l'huile. Egouttez sur du papier absorbant.
- Servez sans attendre.



Remarque:

Accompagnez de sauce diverses ... ou de tzatziki !