دجاج البرميزان والحبق

المقادير:

- فصوص من الثوم، مقشّرة 3
- ¼ باقة من أوراق البقدونس
- ½ باقة من أوراق الحبق
- 500 غ من صدور الدجاج، مدقوقة
- ملعقة طعام من الزيت النباتي
- 3 ملاعق طعام من جبنة «برميزان»

مقادير الصلصة:

- ملعقتا طعام من الخردل الأصفر
- ملعقتا طعام من صلصة الصويا لايت
- ملعقة صغيرة من الملح
- رشّة من البهار الأبيض

طريقة التحضير:

- يوضع الثوم، البقدونس والحبق في الماكينة الكهربائية الخاصة باللحم. تُهرس هذه المقادير حتى تصبح ناعمة، ثم تترك جانباً.
- تقطّع صدور الدجاج إلى قطع ثلاث متساوية.
- يحمّى الزيت في وعاء كبير غير لاصق، تُضاف إليه قطع الدجاج. يُغطّى الوعاء ويُترك على نار خفيفة لمدّة 10 دقائق. ثم، تُقلّب قطع الدجاج على الوجه الآخر وتُغطى بمزيج الحبق و«البرميزان». يُغطّى الوعاء من جديد ويُترك لمدّة 10 دقائق أو حتى النضوج.

لإعداد الصلصة:

- تُخلط مقادير الصلصة في وعاء، تُضاف الى الدجاج وتترك على النار لمدّة دقيقة

الف صحة!