Kip cordon bleu met een Mediterrane twist

Kip cordon bleu met een Mediterrane twist. Zijn jullie ook zo dol op gesmolten kaas op je bord? Wij wel en dit dan gecombineerd met een lekker stukje kip EN natuurlijk Mediterrane smaken is voor ons een “feestje op het bord”.

Beetje afhankelijk van de dikte van de kipfilet pak is soms een koekenpan en mep een paar keer flink op de filet om ‘m zo iets dunner te maken. Maar hoe c.q. of jij jezelf wilt uitleven laat ik geheel aan jou over.

Voor 2 personen

Bereidingstijd: < 20 minuten

Ingrediënten

- 2 dubbele kipfilet
- 2 plakken jong belegen of belegen kaas
- 1 plak (achter)ham
- 2 zongedroogde tomaten – in kleine stukjes gesneden
- 4 groene olijven – in plakjes gesneden
- 1 ei
- Paar eetlepels paneermeel
- 2 (of meer) cocktailprikkers
- 1 eetlepel oregano
- 2 eetlepels vloeibare bakboter

Bereiding kip cordon bleu met een Mediterrane twist

1. Snij de kipfilet overdwars open; zorg dat 1 kant gesloten blijft.
2. Vul de kipfilet met een plakje kaas, stukjes zongedroogde tomaatjes en schijfjes olijven.
3. Zet de zijkant nu vast met cocktailprikkers
4. Kluts 1 ei in een diep bord.
5. Doe in een ander diep bord de paneermeel en meng hier de oregano doorheen.
6. Rol de kipfilet door het ei en vervolgens door de paneermeel.
7. Flink aanduwen en herhaal deze stappen.
8. Verwarm de bakboter in een koekenpan en bak de kipfilets op halfhoog vuur mooi bruin en gaar.

Uiteraard combineren we dit met wat groenten zoals bijvoorbeeld deze geroosterde wintergroenten.