



MILANESAS RELLENAS DE JAMÓN, QUESO Y ESPINACAS

Ingredientes:

- Sal y pimienta, al gusto
- 12 milanesas de pollo
- 6 rebanadas de jamón tipo york
- 6 rebanadas de queso amarillo
- 250 gr de espinacas, lavadas y desinfectadas
- Palillos de madera
- 1 taza de harina de trigo (250 gr)
- 3 huevos, batidos ligeramente
- 1 ½ tazas de pan molido (375 gr)
- Aceite para freír, cantidad necesaria
- Ensalada verde, para acompañar

Horno Precaentado a 180°C

Procedimiento:

1. Sazona con sal y pimienta las pechugas, coloca encima de una pechuga, una rebanada de jamón, queso amarillo y un poco de espinacas cúbreala con otra milanesa y sujétala con ayuda de palillos de madera para evitar que se abran. Repite el procedimiento hasta terminar con los ingredientes
2. Pásalas por la harina, después por el huevo batido y por último por el pan molido.
3. Calienta el aceite y fríelas por ambos lados colócalas en una charola y hornea de 20 a 30 minutos.
4. Ofrece acompañando con la ensalada verde.

Tiempo de preparación:

25 minutos

Grado de dificultad:

Medio

Porciones:

4