



6



GREG





4 loups



20 min



moyen



8 min

CORDON BLEU AU KIMCHI ET CHEDDAR



1 BELLE TRANCHE DE FILET DE DINDE
1 TRANCHE DE JAMBON À L'OS
2 CÀS DE KIMCHI MAISON
3 CÀS DE BÉCHAMEL (BASE 50G FARINE,
50G BEURRE DE FERME, 400ML LAIT
ENTIER BIO, SEL, POIVRE, MUSCADE)
1 CÀS DE CHEDDAR MATURE RÂPÉ
1 ŒUF BATTU

20G FARINE
20G CHAPELURE MAISON
QS HUILE DE FRITURE
1 CÀC MAYONNAISE
1/2 CÀC SAUCE SRIRASHA
SEL, POIVRE, CORIANDRE FRAÎCHE
ACCOMPAGNEMENTS:
COLESLAW ET KIMCHI

1

APLATIR LE FILET DE DINDE. POSER LE JAMBON SUR LA DINDE. SALER ET POIVRER.

2

MÉLANGER LA BÉCHAMEL CHAUDE AU CHEDDAR.
POSER SUR LE JAMBON, AINSI QUE 2 CÀS DE KIMCHI.
ROULER SERRÉ. METTRE AU FRAIS.

3

PANER À L'ANGLAISE. METTRE AU FRAIS.

4

FRIRE 8 MINUTES À 190°. EGOUTTER ET POSER 5 MINUTES AU FOUR À 160°.

5

SERVIR AVEC MAYONNAISE, SRIRASHA (OPTIONNEL), PELUCHES DE CORIANDRE. ACCOMPAGNER
DE COLESLAW ASIATIQUE ET/OU KIMCHI.

WAOoUH

WOLF
FOOD
FIGHT