Turkey fingers

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

400 grammes de filet de dinde (ou de poulet)
4 tasses de cornflakes
1⁄2 cuillerée à thé de poudre de chili
sel et poivre
1⁄2 cuillerée à thé d'ail en poudre
4 cuillères à soupe de moutarde
4 cuillères à soupe de miel
graisse de coco (ou huile d’olive)
sauce à tremper (prête à l’emploi, par ex. sauce chili)

Méthode de préparation

1. **Coupez les filets de dinde en fines lamelles et épongez-les soigneusement avec du papier essuie-tout. Mixez brièvement les cornflakes avec la poudre de chili, le poivre, le sel et l’ail en poudre.**

2. **élangez la moutarde et le miel jusqu’à obtention d’un mélange homogène. Enrobez les lamelles de dinde de mélange moutarde-miel, et trempez-les ensuite dans les cornflakes. Laissez durcir avant de cuire les lamelles à la poêle dans la graisse de coco ou l’huile d’olive.**