

كانلوني بالدجاج والفطر



المكونات

- غ صدور الدجاج المقطّعة
- أكواب ماء
- قطع أوراق غار
- 1/2 1/2 كوب جبنة كريمية قابلة للدهن
- كوب جبن ، كوخ ، مدهون ، كبير أو صغير
- قطعة بيض مخفوق جيداً
- 1/4 1/4 كوب ماء
- مكعب مرقة الدجاج من ماجي®
- أكواب فطر، مقطع إلى شرائح
- م ك زبدة بدون ملح
- م ك زيت الذرة
- صغير بصل، مقطع ناعماً
- فصوص ثوم، مقطعاً ناعماً
- 1/4 1/4 كوب ماء
- مكعب مرقة الدجاج من ماجي®
- أكواب كريمية للطبخ
- 3/4 3/4 كوب جبنة البارميزان المبشورة
- غ سباعيتي

إعداد

1. يُحمّى الفرن مسبقاً على حرارة 180 درجة مئوية ويوضع رفّ الفرن عند الموضع المتوسط.
2. لتحضير الحشوة: يوضع صدر الدجاج في مقلاة متوسطة الحجم، يُضاف لتر من الماء وأوراق الغار وتُطهى المكونات حتى يستوي الدجاج. ثم، يُرفع من المقلاة ويتمّ التخلص من المياه وأوراق الغار ويُقطع الدجاج إلى قطع صغيرة (كلّ منها حوالي 5 ملم).
3. يُمزج الدجاج المطبوخ مع الجبنة الكريمية القابلة للدهن و جبنة القريشة وتُخلط المكونات. يُضاف البيض والماء ومرقة الدجاج ماجي والفطر المقطّع وتُحرك المكونات لبضع دقائق أو حتى يصبح المزيج لزجاً.
4. لتحضير صلصة الكريما: تُذوّب الزبدة ويُضاف زيت الزيتون ويُقلّى البصل والثوم على حرارة متوسطة حتى يلين البصل ولكن قبل أن يسمرّ لونه.
5. يُضاف الماء ومرقة الدجاج ماجي والكريما و جبنة البارميزان وتُخفق المكونات على حرارة متوسطة حتى تشكّل مزيجاً لزجاً وسميكاً بعض الشيء، مع الحرص على عدم الإفراط في غلي صلصة الكريما.
6. تُسكب نصف الصلصة في قعر صينيّة فرن.
7. باستخدام كيس التزيين، تُملأ الكانلوني بخلطة الحشوة وتُسكب الصلصة فوقها في صينيّة الفرن. عند الانتهاء من ذلك، يُسكب ما تبقى من الصلصة فوق الكانلوني وتُخبز في الفرن لمدة 45 دقيقة أو حتى يصبح وجه الجبنة ذهبياً بعض الشيء.

60 الدقائق ⌚

أشخاص 7 ⊕

35.75 غ	الكربوهيدرات
443.82 كيلو سعرة حرارية	الطاقة
21.03 غ	الدهون
84.1 غ	الأساسية
27.54 غ	بروتين
11.27 غ	الدهون المشبعة
802.05 مغ	صوديوم
91.8 غ	السكريات