

Sznycle drobiowe z sezamem i serem



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z kurczaka	4 sztuki
ser żółty	4 plastry
jajko	1 sztuka
mleko	2 łyżki
mąka pełnoziarnista	3-4 łyżki
Bułka tarta klasyczna Prymat	kilka łyżek
ziarna sezamu	3 łyżki
olej	do smażenia:
olej sezamowy	kilka kropli

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso opłukać, osuszyć dokładnie papierowymi ręcznikami, lekko rozbić tłuczkiem. Oprószyć delikatnie solą i pieprzem cayenne - ostrożnie bo jest bardzo ostry! Jajko roztrzepać z mlekiem i olejem sezamowym. Sznycle panierować kolejno w mące pełnoziarnistej, jajku i bułce z sezamem. Kłaść na rozgrzaną patelnię z olejem do smażenia, zrumienić z obu stron. Kiedy kotlety się usmażą na każdym położyć po plasterze sera, posypać odrobiną sezamu, przykryć patelnię i smażyć jeszcze chwilę na małym ogniu aż ser się rozpuści. Podawać z ziemniakami i jarzynami.