

janosik



PAWEL007



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kotlety schabowe	10 szt
ziemniaki	1/2 kg
białko	2
sól, pieprz	
rozmaryn	
czosnek	3 ząbki
Zioła prowansalskie suszone Prymat	
olej do smażenia	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

mięso mocno rozbić i natrzeć czosnkiem, obsypać przyprawami. przykryć i odstawić na 0/5 godziny. ziemniaki zetrzeć jak na placki ziemniaczane, białka ubić z szczyptą soli, dodać łyżeczkę rozmarynu i pieprzu, wyrobić na jednolitą masę. mięso obtaczać w masie ziemniaczanej i smażyć na tłuszczu z obu stron na złoty kolor.