

Kurczak w sezamie z serii pomysł na obiad



WEDITH1



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

piersi z kurczaka	4
jajko	1
mąka	
sezam	1/4 szklanki
sól, pieprz	
pieczarki	40 dag
olej do smażenia	
sos słodko pikantny chilli	
Butka tarta klasyczna Prymat	1 szklanka
ryż	2 (ugotowany na sypko)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Piersi z kurczaka myjemy, kroimy na pół wzdłuż, lekko rozbijamy tłuczkiem, przyprawiamy solą, pieprzem, przyprawą do kurczaka. Panierujemy w mące, jajku i bułce tartej wymieszanej z sezamem. Smażymy na oleju.

Pieczarki kroimy w ćwiartki, odlewamy 2 łyżki oleju z kurczaka, podsmażamy.

Podajemy z ugotowanym ryżem i sosem pikantnym.