

Schabowy w kokoskach



MAGDA60



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



IŁOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

schab bez kości	3 plastry
pieprz	do smaku
sól	do smaku
olej do smażenia	
jajko	1 szt
wiórki kokosowe	5 łyżek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso pokroić w plastry, stłuc tłuczkiem i posypać solą i pieprzem , pozostawić na godzinę. Kotlety obtoczyć w rozbełtanym jajku z obydwu stron, następnie w kokosach. Smażyć na dobrze rozgrzanym tłuszczu, z obydwu stron na złoty kolor.