

Kotlety schabowe ze słonecznikiem



MAGDA60



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

schab bez kości	4 plastry
jajko	1 szt
słonecznik łuskany	8 łyżek
mąka	6 łyżek
olej do smażenia	
sól, pieprz	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Schab umyć, stłuc tłuczkiem i posypać solą i pieprzem , pozostawić na godzinę w lodówce. Kotlety obtoczyć w mące, potem w rozbełtanym jajku z obydwu stron, następnie w słoneczniku. Smażyć na dobrze rozgrzanym tłuszczu, z obydwu stron na złoty kolor