

Schabowy w mące kukurydzianej



MAMA NIEJADKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
45 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

schab bez kości	3 plastry
jajko	1 sztuka
mąka kukurydziana	1/2 szklanki
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
Sól ziołowa jodowana Prymat	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Schab kroimy na plastry grubości ok. 1 cm. Tłuczkiem rozbijamy i posypujemy pieprzem. Do talerzyka wbijamy jajko, dodajemy sól ziołową i mieszamy. Do drugiego talerzyka wsypujemy mąkę kukurydzianą. Obtaczamy w mące i jajku. Smażymy z dwóch stron na złoty kolor.