

Schabowe z kapustą eksperymentalnie :



BABCIAGRAMOLKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

masło	1 łyżka
jajko	1 sztuka
Bułka tarta klasyczna Prymat	1 do panierowania
sól	1 do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	1 do smaku
kminek	1 do smaku
olej z pestek winogron	1 wg potrzeby
kotlety schabowe	2 (grube, bez kości)
kapusta kiszona	20 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kapustę kiszoną zalać wodą (jak trzeba wcześniej przepłukać) i obgotować. Odcedzić . Wlać 3 łyżki oleju i dusić ok 20 minut .Doprawić solą , pieprzem i kminkiem .Jeszcze raz na wszelki wypadek włożyć na sitko i odcisnąć .

Kotlety rozklepać tłuczkiem do mięsa tak by nie uszkodzić włókien . Na każdy kotlet położyć połowę kapusty i złożyć na pół .Panierować w jajku i bułce tartej. Smażyć na oleju na rumiano z obu stron. W ostatniej fazie smażenia dodać masło .

Podawać z ziemniakami z wody .

Ten sposób zrobienia schabowego z kapustą to taka moja przekora w stosunku do Mamy. na pytanie co zrobić na obiad z reguły słyszę schabowego i kapustę kiszoną obgotowaną . a że ja nie lubię monotonii w jadłospisie to zrobiłam niby to samo ale inaczej.