Куриное филе в кляре с кунжутом

Добавил(а) Оля
15.04.13 16:42 - Последнее обновление 16.09.14 19:36





Продукты

- Куриное филе - 1 кг.
- Яйцо - 2 шт.
- Кунжут - 1 ст.л.
- Масло растительное

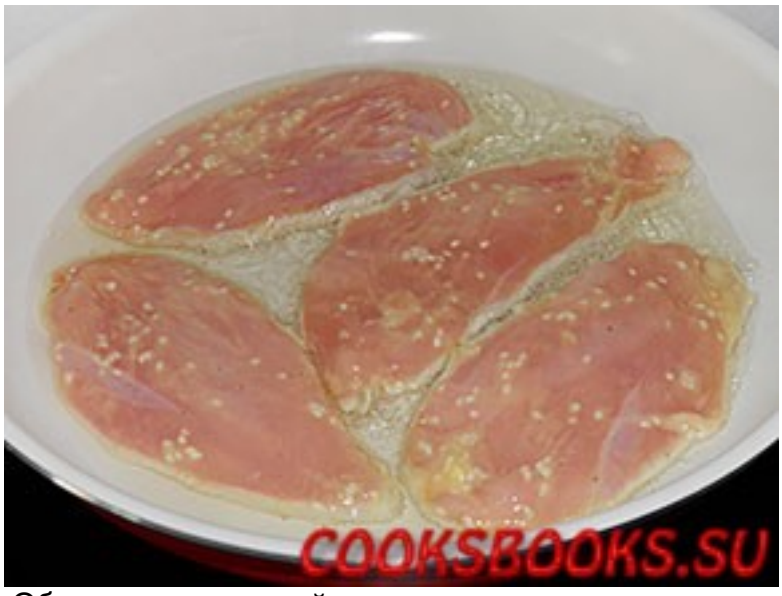
- Соль, перец



Куриное филе разрезаем вдоль на тонкие пласты.



Яйца, 0,5 ч.л. соли, кунжут смешиваем до однородной массы, добавляем 2-3 ст.л. муки, хорошо п



Обмакиваем каждый кусочек мяса в кляре с двух сторон.

Обжариваем мясо в раскаленном растительном масле по 3-4 минуты с каждой стороны до золот



Подаём с овощами.

Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:12}