

Филе курицы в кляре

Добавил(а) Оля

05.01.10 14:15 - Последнее обновление 03.02.10 05:30



Продукты для рецепта

- Филе курицы - 0,5 кг.
- Яйцо - 3 шт.
- Мука - 2-3 ст.л.
- Масло растительное.

Филе курицы в кляре

Добавил(а) Оля

05.01.10 14:15 - Последнее обновление 03.02.10 05:30

- Соль, перец, специи
- Время приготовления 15 мин.



Кляр.

Яйца солим, перчим, взбиваем вилкой.

Добавляем муку, хорошо перемешиваем до консистенции густой сметаны, чтоб не было комочков



Филе курицы в кляре

Добавил(а) Оля

05.01.10 14:15 - Последнее обновление 03.02.10 05:30

Филе курицы.

Мясо нарезаем тонкими пластами, солим, перчим.



Филе курицы в кляре.

Обмакиваем в кляр и обжариваем на растительном масле по 4-5 мин с каждой стороны.

Мясо плучается очень сочным и нежным.

Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:12}