
Kotlety siekane z kurczaka

Dodano: 2000-08-20 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3679 razy.

50 dag mięsa z udek,

2 białka,

3 łyżki posiekanej zieleniny,

sól, pieprz,

bazylia,

1 łyżka oliwy lub oleju,

ząbek czosnku

Udka brojlera umyć , osuszyć . Mięso pokroić i zemleć dwukrotnie w maszynce. Do masy mięsnej dodać rozkruszoną i przesianą przez sitko bazylię i białka, wyrobić dokładnie łyżką lub robotem. Przyprawić solą i pieprzem. Rękami zwilżonymi wodą przygotować owalne wałki, z których na wilgotnej desce formować wydłużone cienkie kotlety. Smażyć je, wkładając na teflonową patelnię posmarowaną oliwą lub olejem (rozgrzanym). Rumienić kotlety po obu stronach. Usmażone lekko skropić wodą, przykryć i wstawić na kilkanaście minut do piekarnika. Podawać z ziemniakami.

From Z.Wodecki <wodecki@kki.net.pl>